كلمة المرأة

كيف انتخبنا !

خرجت المرأة اللبنانية من المعركة الانتخابية نقية الثوب ، فلم يبدر عنها ما يشير الى انها كانت رعناء عديمة التقدير لأهمية هذه المسؤولية تسند اليها لأول مرة في تاريخها الطويل .

وقد شهدت المهرجانات : النسائية منها وتلك التي اشترك فيها الجنسان معاً على صحة القول المأثور : « ما اسرع ما تكيِّف المرأة نفسها للظروف الجديدة !! » ونتيجة لهذا التكييف السريع المدهش جاءت انتخابات المرأة ، نسبياً ، لاعتبار عدم اجباريتها ، متساوية لانتخابات الرجل ... اما انهزام المرأة في المحاولة الوحيدة التي تطلعت فيها الى كرسي في المجلس ، فهذا ما كان متوقعاً بالذات ، نظراً للظروف المعروفة لدى الجميع .

غير انه ، اذا شئنا تحليل الموقف بتجرُّد ، على ضوء النتائج الاخيرة ، اتضح لنا بجلاء ، ان الناخبين اللبنانيين ما يزالون أرقّاء ، لما تتحرر عقولهم بعد من جبروت التقليد الموروث ، ولا تعوّدوا ان يُغضُوا ترفُّعاً فلا تضعف اعصابهم حيال المساومات الرخيصة .

لولا هذه الحقيقة المؤلمة لكنا دفعنا الى المجلس النيابي العدد الاكبر من المواطنين ، ممن تتسع رؤسهم للمُثُل والمبادىء والخلق ، وتشحُّ جيوبهم عن الانفاق حتى التبذير !

أجل ! لولا هذه الحقيقة المؤلمة لما انحصرت طبقة النواب بالموسرين ... الا افراداً قلائل ، « باطحوا » بالف وسيلة وفن ، وعملوا المستحيل حتى ظفروا اخيراً ... بشق النفس !

هكذا يحق لنا القول : ان النتيجة الانتخابية لم تجيء معبّرة عن ارادة الطبقة المثقفة الواعية من ابناء الشعب ، وكانت الكلمة الفاصلة — ويا للاسف — للاكثرية الساحقة التي تنقاد وتُطيع ، وقلما تدرك ادراكاً واعياً ، لماذا تفضل ، وتلح في تفضيل هذا على ذاك !!.. فكأين من منطقة زاغت عيون اهلها عن اختيار النائب الصالح ، وزجّت في البرلمان العتيد نوابا هزيلي الامكانيات ، يفتقرون الى التفوُّق العقلي المطلوب ، والى مجمل الصفات والفضائل التي نريدها في ممثلينا ...

نحن لا ننكر على السلطات المحلية حيادها ومسعاها الحازم لتؤمن الحرية التامة لكل ناخب ، ولتوفر له جواً يشيع النظام والامان التامين . وقد وفقت الحكومة في ذلك الى حدٍّ لم يسبق للبلاد عهد بمثله ... لكن ، انّى للحكومات ، مهما تعاظم نفوذها وامتدت سطوتها ، ان تتمكن من التأثير على عقلية شعوبها ، والحد من اندفاعها الطائش الساذج وراء القيم الفارغة ...

... يلزمنا بعد في لبنان سنون وسنون من الاختبار والتعلُّم والتمرس لنستطيع بالتالي ان نفاخر بانتخابات حرة نزيهة ، مستوحاة فقط ... من ارادة ... وضمير !

رئيسة التحرير

صوت المرأة
مجلة لبنانية شهرية تصدرها
جامعة نساء لبنان
ص. ب ١٢٨٤ - بيروت - لبنان

المديرة المسؤولة : حنينه طرشا

اللجنة المشرفة — السيدات :
اليس نقاش نازك سركيس
سمية الخازن

★

رئيسة التحرير : ادڤيك ج. شيبوب
جميع المخابرات بشان التحرير والادارة
ترسل الى :

دار الكتاب
محطة الداعوق ، شارع فينيقية
بناية صعب

ص. ب. ١٢٨٤ — بيروت
تلفون : ٤٨ — ٠٠

★

الاشتراك
في لبنان وسوريا والعالم العربي
١٥ ل. ل. او ما يعادلها

في الخارج
١٠ دولارات أو ما يعادلها

للدوائر الرسمية والمؤسسات
٢٥ ل. ل. أو ما يعادلها

الاعلانات : يجري الاتفاق عليها
مع الادارة رأساً

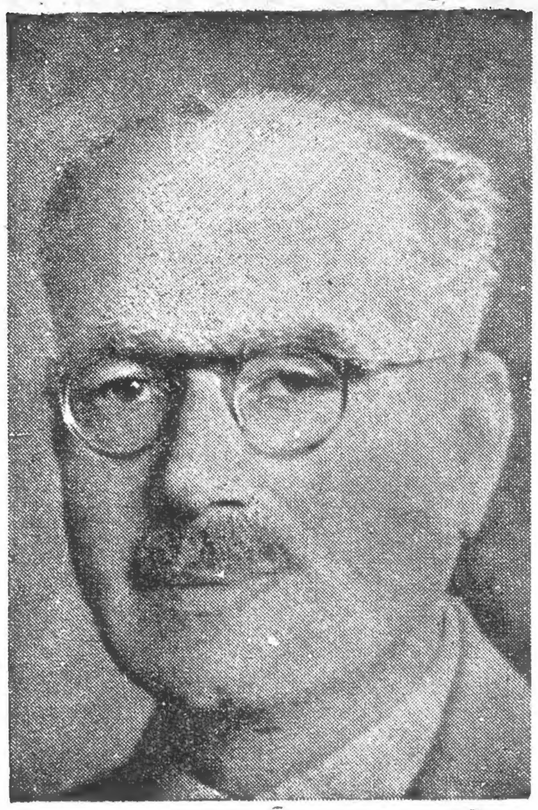
محتويات العدد

كيف انتخبنا ؟	رئيسة التحرير	٣
صوت المرأة تسأل رجال الفكر	معالي الاستاذ محي الدين النصولي	٥
المرأة السورية في البرلمان	منور فوال	٦ — ٧
المرأة والمعركة الانتخابية ؟	اسمى طوبي	٨ — ٩
الاميرة مارغريت تبلغ الثالثة والعشرين		١٠
السجادة (قصة)	روز غريب	١١—١٣
كتاب « منازعاتنا الداخلية »	ادڤيك جريديني شيبوب	١٥—١٧
فن التجميل المنزلي	عفاف عبد الباقي	١٨—٢٠
الستائر الزرق (قصة)	الفت عمر باشا ادلبي	٢١—٢٣
سلي ما تشائين		٢٤
هل انت سيدة موقفك ؟		٢٥
ليست الحماة سبب الخلاف !		٢٦—٢٨
هل تؤمنين بالحب من اول نظرة		٢٩
هذه الطريقة اسرع من العقاقير		٣٠
الذاكرة كيف نقويها ؟		٣١
هيا الى الشاطىء		٣٢
همسات للمقبلات على الزواج		٣٣—٣٥
التوجيه في التربية الحديثة	فائزة معلوف انتيبا	٣٦—٣٨
بين اليأس والرجاء	هبة وادي	٣٩
حول تدريب الاخصائيين	رفعت هباب	٤٠—٤٢
مع الدورة الصيفية في الجامعة الاميركية	املي ابي راشد	٤٥—٤٧
المجتمعات		٤٨—٥٠

صورة الغلاف

انه الصيف ، وقت الحصاد !!.. أية فرحة سماوية تغمر هذه الفلاحة العصرية وقد اتكأت لترتاح فوق أكوام السنابل الصفراء !.

— تصوير الفنان مانوك —



"صوت المرأة" تسأل قادة الفكر

معالي الاستاذ محيي الدين النصولي

معالي الاستاذ محي الدين النصولي وزير الانباء والعدل ، صحفي مرن وكاتب لبق . له في عالم الفكر وفي مجالات الثقافة والسياسة جولات موفقة . وها هو يتفضل بالاجابة على طائفة من الاسئلة وجهتها اليه مجلة « صوت المرأة »

س — ان اللبناني ، بطبيعة حياته العملية في لبنان وخارجه ، يحتاج الى لغة اجنبية الى جانب لغته — والفكرة السائدة قديماً هي ان الفرنسية اعم مداولة في العالم. هل صحيح ان الاتجاه الحديث يميل الى ترجيح كفة الانكليزية ؟

ج — هذا السؤال الذي تطرحينه علي محرج جداً ، ذلك لاني اخشى ان يزجني بالسياسة وانا كما تعلمين انتمي الى حكومة محايدة بكل معنى الكلمة .

يقول المثل العربي ان كل لسان بانسان وهو مثل ينطق بالحقيقة كل الحقيقة لاسيا عند اللبنانيين الذين عكفوا على اللغات يدرسونها منذ قديم الزمن ، واتقنوا التحدث والكتابة بها حتى ان الكثيرين منهم الفوا فيها نثراً وشعراً ، وكانوا من اعلامها ، وبوسعي وبوسع كل لبناني ان يفاخر بأن يتقن الى جانب لغته العربية عدة لغات اجنبية .

وقد تهافت اللبنانيون على اتقان اللغة الفرنسة منذ قديم الزمن وهم لا يزالون يتهافتون عليها وعلى اللغة الانكليزية في وقت واحد ولا ادري ما اذا كانت كفة اللغة الانكليزية سوف ترجح في المستقبل ولكني اعلم ان اللغتين تمشيان معاً اليوم وطلابنا يقبلون عليها ويتقنونها لانهم لمسوا فائدتها وسيلتين من وسائل التزود بالعلم والمعرفة وتوسيع المدارك والاتصال بالعالم. وكلتاهما من اللغات الحية المتطورة التي تحسن التعبير بسهولة عما يجول في الفكر من خواطر وتشدنا الى دنيا البحث والتنقيب واللبنانيون وهم يقبلون على تعلم هاتين اللغتين لا يهملون سائر اللغات الحية فاللبناني طالب معرفة وله من بيئته كاداة اتصال بين الشرق والغرب ما يؤهله لان يلتقط الحكمة اياں وجدت .

س — هنالك من يقول بضرورة تأخير ادخال لغة اجنبية على البرنامج الدراسي حتى الصف الخامس الابتدائي ، عندما يكون الطالب قد تمكن من عربيته بعض الشيء . هل يؤيدون هذا القول ام تعارضونه ؟

ج — انني من الذين يؤمنون بضرورة تعليم الناشئة اللبنانية عدة لغات اجنبية منذ الصغر الى جانب اللغة العربية اذا شئنا ان يتفهم اللبناني واللبنانية روح اللغة التي يدرسها ويتعمق فيها فالقول ان اقبال الطالب منذ الصغر على اللغات الاجنبية يعيقه عن اتقان لغته العربية هو قول لا يتناسب مع ما عرف عن اللبناني من ذكاء لاسيا اذا بسطنا له اللغة العربية وجلونا امامه اسرارها وجعلنا هذه الاسرار في متناول يده .

س — الى اي حد تسمحون للطلاب الجامعيين بالانخراط في مختلف الاحزاب السياسية وممارسة نشاطهم بحرية ؟

ج — انا اكره السياسة ان تدخل الجامعات وان تصبح شغل الطلاب الشاغل لانها مضيعة للوقت وللجهد ، وانحراف عن طلب العلم الذي يجب ان يكون هم الطالب الجامعي الاول والاخير .

افضل الف مرة ان يعنى الطالب الجامعي بتزويد نفسه بالعلم والاخلاق حتى اذا خرج الى العالم كان كامل العدة ، واصبح المواطن الذي يعرف ان يخدم وطنه بتؤدة واتزان عن طريق الاحزاب البناءة لا الهدامة وعن طريق غير الاحزاب .

س — ما هو برأيكم مدى الفائدة العملية التي ستجنيها المرأة اللبنانية من اختبارها الانتخابي الاول ؟

ج — اظن ان المرأة اللبنانية ستجني فوائد عدة من اختباراتها الاخيرة في الانتخابات ، فتستعد لها عن طريق العلم والمعرفة ، وتهيء نفسها لان تخوض المعارك الانتخابية المقبلة وتتعاون مع الرجل في سن الشرائع ورقابة الحكومة والمساهمة في بناء لبنان الجديد الذي نريده للرجل والمرأة اي للعنصر الانساني وهو اهم ما يجب ان نعنى به في العصر الحاضر .

المرأة السورية في البرلمان

في اليوم العاشر من تموز الماضي اجمع الشعب السوري على انتخاب الزعيم اديب الشيشكلي رئيساً للجمهورية السورية ، وقال كلمته الفاصلة في الدستور السوري الجديد الذي بموجبه ستمنح المرأة السورية كامل حقها في ان تَنتخب وتُنتخب .

لهذه المناسبة وردتنا من دمشق الكلمة التالية للآنسة منور فوال ، عن الهيئة الادارية لرابطة الادب العربي .

منذ فترة طويلة والبلاد السورية تعيش في وضع شائك لا استقرار جمهوري ولا مجلس نيابي ، يقوم بتنفيذ الاهداف التي يعلقها الشعب في اعناق المسؤولين والنواب امانة ثمينة ..

ولقد سارت الاعوام الماضية ، كما تسير الزحاف في خطوات بطيئة وحركة ساكنة هادئة لا هزة فيها ، ولا شعاع ينبثق في تنفيذ الآمال الكبيرة التي وضعها افراد الشعب في عهدة السادة النواب ورجال الحكم الغابر .

نعم لقد كان الوضع المذكور آنفاً ، يخجلنا ويقشع الثقة من نفوسنا ، امام شقيقاتنا الدول العربية وتجاه اعدائنا في البلاد الاجنبية كل دولة ومدينة تلوك قصة سوريا ، وقصة تطور الحكم فيها ، وقصة الانقلابين الذين حدثا في السنوات الاخيرة ، ولكن هنالك نفساً طيبة ثائرة متأججة بحرارة الكرامة التي لا تقبل الانهزام ، ولا تغفى عينها عن العدوان ... والانسانية النبيلة التي في قلبها تفوق كل عزة عربية وروح وطنية سامية ، هي نفس قائد البلاد ومحرك اركانها وبطل نهضتها الحديثة الزعيم اديب الشيشكلي الجبّار ... جبار على نفسه التي حرمها السعادة واسباب الرفاهية العزيزة في سبيل سوريا الحبيبة .

فخامة الرئيس الزعيم في القصر الجمهوري يوجه تحيته الى الشعب السوري

ولكن جاء هذا البطل المنقذ ، والزعيم المخلص وفي يده شعلة انوار ساطعة من الحرية والتحرر من قيود العبودية ، ونحّى رجال الانانية والغايات الشخصية وافسح امام افراد الشعب السوري في مختلف طبقاته ، الطريق الشاسعة المضيئة بالحرية المنشودة . وقام بمعونة خيرة الشباب المثقف في وضع الدستور الرئاسي كي يبني على اعمدته المتينة ، العهد الجديد الزاهر ، الذي يوفر للمواطنين الرفاهية الكاملة ويضفي عليهم السعادة الدائمة .

هذا ولم ينس الزعيم الكبير أديب الشيشكلي المرأة السورية، التي آمنت في رسالته ، وحبذت خطاه الحثيثة في كل مراحلها ان يمنحها الحقوق النيابية ودخولها البرلمان السوري كي تمارس حقوقها ، فقد نفذ لها الرغبة التي طالما تاقت نفسها اليها منذ ان نالت زميلتها المرأة اللبنانية حق الانتخاب، وما فتئت المرأة السورية تسعى جاهدة مؤمنة في رسالتها وتخوض غمار المناقشات، وتطالب الدولة في حقها الدستووي ان تكون « نائبة » تمثل بنات جنسها وتنطق بلسانهن وتتحدث في مبادئهن واهدافهن السياسية والمدنية ، وكل شيء له صلة في شؤونها وسيادتها ، وكان صوت المرأة السورية يجلجل في الفضاء دون ان يعيره المسؤولون الاهتمام اللازم .

وبقيت المرأة السوريه صابرة مؤمنة وهي التي آمنت في تنفيذ رسالتها قبل ان توضع رموزها ... آمنت في الزعيم الشيشكلي ايمانها المتين ، لأنه رجل سوريا الكبير المفكر الذي قدر مكانها في الامة وحماستها العظيمة نحو وطنها العزيز ... فمنحها المادة الرابعة والاربعين من الدستور السوري الجديد لعام ١٩٥٣ م الموافق ١٣٧٢ هجري على ان تدخل البرلمان رافعة الرأس... ناصعة الجبين.. تحمل حقيبة رسالتها ، طالبة تنفيذ اهدافها في الحياة .

وهكذا اصبحت المرأة السورية كاملة الحقوق بفضل محرر سوريا من الطغيان والانحلال والفساد والاستبداد.

فلك يا زعيم الحرية شكرنا وامتناننا ولك ارواحنا في سبيل بلادنا السورية.. سوريا التي قدرت لشخصك العظيم الجرأة الخالدة والحماسة البارعة ... سوريا التي خدمتها انت بروحك الزكية ... فيخدمك ابناؤها الابرار واشبالها الناهضون في حياتهم حتى صعود نفسهم من صدورهم .

ادامك الله لنا عزاً عظيماً ولسوريا مفخرة سامية ...

دمشق — منور فوال

هل نجحت المرأة اللبنانية في خوض المعركة الانتخابية أم فشلت ؟

اسمى طوبي

أشرقت شمس يوم ١٢ تموز على المرأة بعد ان انهك التعب قواها لكثرة ما حضرت اجتماعات ، وبحّ صوتها لكثرة ما خطبت وهزجت ، ولكنها اندفعت لتتم ما عليها .

ولقد كانت تجربة للمرأة العربية عامة ولكنها تجربة كان من نصيب المرأة اللبنانية ان تمر بها قبل كل شقيقاتها في الاقطار العربية .

وهكذا وقفت المرأة العربية تراقبها وهي تخوض المعركة ، اما الرجال فقد صوبوا مناظيرهم عليها ليروا ماذا ستفعل هذه المرأة التي تمردت على الاوضاع وتصلبت في موقفها اعواماً لا تثبط من همتها معارضات برلمانية او حملات صحفية او نكات هازئة لاذعة ... وقفوا يصوبون مناظيرهم عليها ليروا هل سترشح نفسها ... كيف ستمارس حقها لأول مرة ... ما هو مقدار نضوجها ووعيها ...

اما الصحف فقد سلطت انوارها عليها وشرعت اقلامها ووقفت تراقبها لتشرحها بل وتهزأ بها اذا اقتضى الأمر ... ولم تمض ايام حتى وضع الرجال مناظيرهم جانباً وركضوا وراء المرأة يطلبون مؤآزرتها .. يدعونها الى اجتماعاتهم ، يصغون الى خطبها ويصفقون لقوة حجتها . اما الصحف فقد اشادت بنشاطها وتنظيمها .

وكان للمرأة حقان في الحق الواحد .. ان ترشح نفسها لكرسي النيابة وان تنتخب مرشحها ، وقد اعتقد الناس بعد كل ذلك الحماس انها سترشح نفسها بالعشرات ... ذلك لأن الحرمان الطويل قد هيج شهيتها .. ثم لأن الكرسي مغر ، ولكنها لم تفعل او انها فعلت ولكن بشكل محدود جداً فلماذا ... أتراها وقد رأت المعركة جد حامية ، حتى ان للكرسي الواحد اربعة مرشحين فما فوق ، قد تأكدت من فشلها فلم تشأ ان تفتتح عهدها بالفشل ... أتراها تهيبت الموقف ففضلت التريث لمرة مقبلة ... أتراها وقد وقفت على حدود المعركة للمرة الاولى قد اكتشفت ما يلزم المرشح من جهود جبارة ودهاء ولف ودوران الى غير ذلك مما لم تتمرن عليه بعد ، ففضلت ان تراقب سير المعركة لتتلقى الدروس هذه المرة وتترك الأمتحان للمرة المقبلة ...

قد تكون هذه العوامل كلها او بعضها هي التي جعلتها تحجم مع انه كان الافضل في رأيي ان تقدم فالاقدام شجاعة انتصر المرء او خذل وما الخذلان بعار على الشجاع .

اما حق المرأة الثاني فقد مارسته ممارسة انتزعت اعجاب الصحف فخرجت تحمل بالعناوين الكبيرة قولها : ان المرأة أقامت الحجة على انها سيدة الموقف ، وانها أقبلت على الأقتراع برغبة جعلت لها الكلمة الفاصلة ، وان حياتنا الديموقراطية ربحت كثيراً باعطاء المرأة حقوقها ، وان حماسة المرأة قطعت كل قياس حتى المسنات فهن لم يكن اقل حماسة من السبور ، وانها اثبتت في معركة الانتخابات التي خاضتها وغرقت فيها حتى اذنيها انها جديرة بتحمل الأعباء السياسية والوقوف امام الرجل موقف الند للند.. وان الرجال السادة لم يكونوا الا كما يكون الكومبارس بالنسبة لبطل الرواية ... وان اقلام الانتخابات النسائية امتازت بالنظام ، وان المرأة حتى في القرى أقبلت على الأقتراع بمعدل ٦٠ بالمئة وقد هزجت وزغردت وارتدت ثياب العيد ... وبدا من اجوبة الكثيرات من العجائز اللواتي بلغن السبعين ، انهن فاهمات ما يفعلن ، وانهن يردن ان يشتركن في تقرير مصير البلاد قبل ان يمتن وتفوتهن الفرصة ...

بقي ان نتساءل هل كانت المرأة في اعطاء صوتها حرة التفكير واعية ، فأضافت الى آراء الرجال رأياً حراً ، ورفعت الى الكرسي من تعتقد بايمان انه رجل البلاد المخلص لها ام انها كانت متأثرة برأي رجلها زوجاً كان ام اباً ام أخاً ام ابناً ؟ . .

الواقع ان حكماً اجمالياً لا يصح ان يصدر على كافة النساء فالمرأة المنتخبة كانت انواعاً تبعاً لثقافتها وتحررها او عدم ثقافتها وتحررها ، فهنالك طبقة كبيرة من المنتخبات لها وعيها الكامل ورأيها الممحص وحكمها على الرجال بمقدار ما عمل هؤلاء الرجال للوطن... وعلى اساس هذا الوعي والرأى والحكم انتخبت.. وهناك طبقة هي تحت تأثير الرجل رأيها من رأيه وتفكيرها من تفكيره ... وهناك طبقة اقتيدت وأثر عليها ذلك قول الحق الذي لا يجب ان ينكر ولكن دعونا نتساءل ، ألم يكن الرجل في موقفه من الانتخابات كالمرأة تماماً فريق واع ناضج مكتمل

الرأي صادق الحكم ، وفريق تقوده المصلحة الخاصة عائلية كانت او غيرها ، وفريق يقاد ويؤثرون عليه ... على كل لقد كان اقبال المرأة الشديد على الاقتراع مجرد الاقبال لا قبوعها في منزلها تهيباً للموقف وتفادياً للمسؤولية ، هذا الأقبال وحده يحمل معنى النشاط الذي هو من بوادر النجاح وادلته ...

ولكن والمرأة لم ترشح نفسها وانتخبت واعطت صوتها فهل ساومت مرشحها : ان النساء في امريكا مثلاً وهن ملايين لا تشغل المقاعد منهن الا قلة اما الاكثرية الساحقة فهي تنظم حقوقها بدقة مدهشة ثم تسند مرشحها وترفعه الى الكرسي بعد اتفاق وتفاهم . وهكذا تنال اهدافها بواسطته وينفذ ما عاهدها عليه . فهل فعلت المرأة اللبنانية والطبقة الواعية منها مثل هذا ... هل انتخبت المرشح الأمين على مصلحة البلاد واشترطت عليه ان يكون في الوقت نفسه اميناً ايضاً على مصلحتها الخاصه ..

لقد سئلت المرأة السويسرية وهي لم تدخل البرلمان ابداً ، لماذا لا تطالب بحقها في النيابة ... فأجابت انني حاصلة على كل حقوقي الاجتماعية فلقد أنصفني الرجل وقدس حقوقي ، فلماذا لا اترك له النيابة واعنى بغيرها ... اما المرأة اللبنانية بل العربية اجمالاً فقد كانت تشكو ظلم الرجل وظلم قوانينه التي اشترعها ، كانت ترى ان حقها الاجتماعي مهضوم تماماً ، فهي لا ترث من والدها الا نصف مايرث اخوها ومن زوجها الا الربع اذا لم يكن لها اولاد ، والثمن اذا كان لها ، بينما تذهب باقي الثروة الى الاقرباء . وهي قد تكون طبيبة او استاذة في جامعة لها مكانتها المرموقة وايرادها المستقل ومع ذلك فلا تستطيع السفر من بلد الى آخر الا اذا وقع زوجها على جواز سفرها ، الى غير ذلك من الاجحاف .

وهكذا كان الحاحها لتنال حقها السياسي اولاً لتصان كرامتها وثانياً وهو الاهم لتطالب تحت قبة البرلمان بحقوقها الاجتماعية المهضومة فتصلح القوانين وترفع الحيف عن نفسها فهل استغلت الفرصة السانحة واشترطت على المرشح الذي سترفعه الى كرسي النيابة ان يقوم مقامها ويصلح القوانين التي تهضم حقها .. اظنها لم تفعل فتنظيمها لم يكن نسائياً اي على اساس مصلحة المرأة ولم تُر لافتة واحدة تحمل كلمات : « انتخبوا نصير المرأة الذي سيفعل لها كذا و كذا » ولئن كان ظني مصيباً فقد فاتت المرأة فرصة كبيرة لتحقيق امانيها ، وقد بات عليها ان تنتظر بضعة اعوام اخرى تنظم خلالها شؤونها اكثر لتخوض المعركة على اساس مصلحتها الخاصة ... وعلى كل فقد تكون للمرأة اخطاؤها ولكنها اخطاء ترافق الخطوة الاولى غالباً .

وعلى الجملة فنحن اذا ما تصورنا القفزة الكبرى التي قفزتها المرأة . اذا ما تصورنا الجدة التي كانت تؤمر فتطاع فتنزوي في المنزل قطعة من اثاثه ، لها جمود ولا اقول زينة وجمالاً تختفي داخل الدار اذا ما دخلها رجل غريب وتعد القهوة وترسلها الى الضيوف ... اذا ما قابلناها بامرأة تموز لعام ١٩٥٣ ، وهي تقف على ظهر السيارة تخطب وتهزج وتصيح نحن رجالك يا فلان وفي الصيحة نكتة تبدو مضحكة في الظاهر ولكن في اعماقها اندفاع القنبلة التي انفجرت بعد كبت . والتي تود صاحبتها ان تقول انما نحن كالرجال قوة وبأساً . اذا ما قابلنا هذه الحفيدة وكتفها بجانب كتف مرشحها ويدها في يده قابلناها بتلك المدة التي لا تفهم من الدنيا شيئاً والتي تختفي داخل الدار كلما اطل ظل رجل غريب وهي تتمتم «اجا رجّال» تأكدنا ان المرأة تسير بخطى سراع وانها لن تقتنع في الغد القريب بكرسي نيابة بل ستطمح الى عرش كجداتها من النساء العربيات زنوبيا وبلقيس او كيلوباطرة ونيتوكريس وغيرهن والتاريخ دائماً يعيد نفسه .

مفاجأة — كولونيا لولو — لزبائنها

يقدم وكلاء كولونيا لولو زجاجة كولونيا

لكل من يعيد ٤ زجاجات فارغة مع كبسولتها الى المحلات

التي تباع بها كولونيا لولو او الى الوكلاء

مكتب الاعلانات العالمية

بناية وقف الموارنة
ساحة النجمة — ص. ب. ٢٧٨٢

اسعارها ١/٢ لتر ٦٥٠ غ. ل. ، ١/٤ لتر ٣٥٠ غ. ل. ، ١/٨ لتر ١٠٠ غ. ل.

الأميرة الانكليزية مارغريت

تبلغ الثالثة والعشرين

مذ القيت مسؤوليات جديدة على عاتق الاميرة الشابة ، اتجهت في نهج جدّي حديث ، ولكن بالرغم من اعتقاد البعض بتغير اطباعها . فانها ما تزال تعطي لكل مناسبة ما يلائمها ؛ وتعدّ الاميرة مرغريت محظوظة في عصرها ؛ لكنها لا ترتاح من الاخبار والدعايات ومن احدث هذه الاقاويل ما اغط به الجمهور عن آمالها العذاب وميلها لاتقان فن الطيران ، ولكن تحقيق هذا الحلم غير مؤكد ، فانه حتى الاميرات لا يمكن ان يحققن كل رغائبهن .

منذ شبّت الاميرة الحسناء وهذا الهدف رائدها ، وما جعلها ترمي اليه بحماس زائد في المدة الاخيرة ، ولفت انظار البلاط الملكي ، هو انخراط صهرها في سلك الطيران .

تبلغ الاميرة سنتها الثالثة والعشرين في شهر آب ، وهنا ايضاً سيرتفع سؤال يتعلق بمستقبلها وزواجها ، والحقيقة انه

ليس هناك من قانون ينص بفرض سلطة اجبارية عليها ، اذ انها كأي فرد من الشعب ، حرة في ان تبقى عزباء بالرغم من مناقضة هذه الفكرة لطبيعتها . ان الدوائر الملكية لا تمنحها الحرية التامة في اختيار شريك حياتها ، لان اقتراحها يجب ان يعرض على البرلمان ، الذي اصدر قانوناً عام ١٧٠١ ينص باتّباع المذهب البروتستنتي فلا يجوز لاحد افراد الاسرة المالكة ان يتزوج من شخص ينتمي الى المذهب الكاثوليكي دون ان يتنازل عن حقه وحق خلفه في الوراثة الملكية . اما قانون الزواج الملكي الذي صدر عام ١٧٧٢ فيقول بانه لا يجوز لسلالة الملك جورج الثاني ، المولودين في انكلترا ان يعقدوا زواجاً دون استشارة الارادة العليا ، التي توافق تحت الخاتم الملكي البريطاني ؛ ويمكن لكل فرد ان يتزوج بعد بلوغ الخامسة والعشرين ، على ان يعرض ذلك على المجلس السري قبل عام ، وينال موافقة مجلسيّ البرلمان ، ولا نعتقد بان الملكة ستضع العوائق في سبيل سعادة شقيقتها ، كما انه لا يمكن ان يوضع قانون معين من اجلها . لكنه حدث تغير عميق في نفس الاميرة بعد وفاة الملك الاب حتى انها تبدي صلابة في نظرتها الى مستقبلها فيخال المحيطون بها باقلاعها عن الزواج موقتاً ، وهذا التعلق بوالدها لم يشتهر حتى عند اقرب الناس اليها ، وقد تعجبوا من تأثير هذه الصدمة على نفسيتها مع انها

« البقية على الصفحة ٤٣ »

السجادة ...

« قصة » لروز غريب

ها ان اشعة الشمس تكاد تغمر جميع السطيحة المواجهة للبحر في منزل سعدى ام جميل الحداد . وها هي صاحبة الدار تقف بجانب النافذة تنتظر مرور موزع البريد لعله يأتيها بمكتوب من ابنها المغترب في البرازيل منذ ست سنوات . ومع ان الابن لا يكتب الا مرتين او ثلاثاً في السنة فقد تعودت ان تقف هناك كل يوم قبيل الظهر حين مرور الموزع . « انه نشيط وطيب النفس ، هذا الموزع » تفكر ام جميل وهي تصغي الى خطواته الثقيلة على الطريق المزفتة . « كل يوم يمر من هنا على الوقت من غير تأخر ، واذا لم يأتني بمكتوب فليس الذنب ذنبه » .

ثم تقفل النافذة وتسرع الى المطبخ لتنهمك في اعداد غذائها البسيط المؤلف من قطعة لحم مع قليل من الخضار الذي ينتجه بستانها الوحيد القائم بجانب المنزل . فاذا انتهت من عملها في المطبخ وتناولت طعامها ، لم يبق عليها سوى ان تجلس في غرفتها وتستريح لان عشاءها ينحصر في قليل من الجبن والخبز والزيتون ولا يحتاج الى تحضير . اما البستان فقد انتهت من تعشيبه وسقيه وسيأتي غداً اصحاب الدكاكين بسيولهم فتقطف لهم ما بقي هناك من البرتقال والليمون الحامض .

الوقت ربيع وقد انجزت نكش البستان في الاسبوع الماضي ، لكنها لا تبخل عليه بزيارة في كل يوم لتقطع هنا غصناً يابساً وهناك عشبة نابتة في الجدران او في مساقي الاشجار . لان هذا البستان مصدر حياتها تزرع فيه كل ما تحتاج اليه من خضرة وبقل وتبيع ما ينتجه من اثمار فتشتري ما يعوزها من مؤونة وتخزن النقود التي تفيض عن حاجتها .

تجلس ام جميل بجانب الشباك وتراقب براعم الليمون وقد اخذت تتفتح وتفوح رائحتها المنعشة . ها ان العيد الكبير على الابواب وعما قليل يجب ان تشرع في ما تسميه « عزيل العيد » او التنظيفة الكبرى التي تحدثها في بيتها كل سنة . تبدأ بتنظيف الخزائن والصناديق فتخرج منها البقج والصرر الملونة واكداس الشراشف والاغطية والحرامات وتمسح الغبار الذي داخل الاثاث ثم تعيد البقج والصرر والاكداس الى اماكنها . لكنها تلاقي اشد التعب من تنظيف « البوفيه » او خزانة الصحون . لان هذه الخزانة عالية جداً تكاد تبلغ السقف وعليها ان تصعد على الكرسي لتنزل ما على الرفوف من كبايات ملونة وقماقم منقوشة واباريق وطشوت وشمعدانات فضية ونراجيل ذات قلوب نحاسية وغير ذلك من اشياء ثمينة ورثتها عن اشخاص كثيرين ماتوا قبلها — ورغم التعب الذي تلاقيه ، تشعر بلذة فائقة حين تغسل الاواني الزجاجية بالماء والصابون وتفرك القطع النحاسية بالرمل والحامض وتضعها صفوفاً صفوفاً على السطيحة لكي تنشف في الشمس وتصبح لامعة كالذهب .

انها تفرح برؤية هذه الاشياء ، على انها لا تستعملها قط في حياتها . فهي تشرب بابريق الفخار وتترك الكبايات الزجاجية الملونة حيث هي . وتنام على شرشف قديم مرقع وتحفظ الشراشف الجديدة نظيفة مطوية . وتتناول طعامها لقماً باصابعها وتترك الملاعق والشوك الفضية ملفوفة بالاوراق في الجوارير . ذلك لان لام جميل فلسفتها الخاصة في الموضوع . وهي ان الامتعة وقطع الاثاث انما يقتنيها الانسان ويكدسها في بيته ليستمتع بمنظرها ، لا ليستعملها في قضاء حاجاته .

« كل شيء خير من ابن آدم » تردد ام جميل وهي تتذكر اصحاب هذه الاواني الذين ماتوا « كل شيء خير من ابن آدم » . لا شك انها تحب هذه الاواني لانها اثبت من البشر واطول عمراً . هذا الصندوق الملآن بالبقج ورثته عن امها المتوفاة منذ زمن بعيد . اما « البوفيه » الكبير فقد ورثه زوجها المرحوم عن امه العجوز . ولم يكن فيه اذ ذاك سوى نصف الاشياء التي فيه الآن . وما بقي فقد اشترته هي قطعة قطعة بكدها وتوفيرها . لقد كان بودها ان تشتري اشياء اخرى وتحقق تلك الآمال الواسعة التي رافقتها منذ صباها ولكنه خانها الحظ وتنكر لها الدهر . فمن كان يظن ان زوجها الحداد الضخم الجثة الذي كانت ذراعه اصلب من الحديد الذي يعالجه — من كان يظن ان الموت سيختطفه بين ليلة وضحاها ويتركها وحيدة كسيرة النفس ، مع انها كانت دائماً تعتقد انها ستموت قبله فيتزوج بعدها امرأة تلد له اولاداً كثيرين لانه لم يرزق منها سوى بنت وصبيين . مات اصغرهما في سن الطفولة وتزوجت البنت في سن مبكرة وبقي ابنها الآخر جميل وحيداً يمارس الحدادة مع ابيه . وحين رأى الشغل قد تأخر خطر له ان يسافر الى اميركا اسوة برفاقه من الشبان وقد توسل اليه

والده ان يعدل عن السفر وحاولا اقناعه حيناً بالبكاء وحيناً بالصياح وبالتوبيخ فلم يقتنع بل اصر على السفر ولم يمض زمن حتى تركهما وسافر الى البرازيل غير مشفق على وحدتها وشيخوختها . وتوفي الاب بعد ذلك بقليل . فاصاب المرأة يأس شديد وكادت تموت من الحزن لو لم تجد بعض التعزية في بنتها اسماء التي تأتيها كل احد هي واولادها وتنفق عندها ساعة من الزمن .

لكن لام جميل تعزية اخرى تجدها في النقود التي جمعتها مما توفره من غلة البستان ومما تقتره على نفسها منذ خمس سنوات مضت . ولقد صح عزمها بعد حيرة وتفكير ان تشتري بتلك النقود سجادة عجمية كبيرة تكسو بها معظم الردهة التي في منزلها . لقد رأت مثل هذه السجادة عند جارتها انيسه ومن ذلك الحين لذغتها عقارب الغيرة وقررت ان تشتري من بيروت سجادة بحجمها فتزين بها البيت .

ولو سئلت لماذا تريد السجادة لحارت في الجواب – انها تريدها لتتباهى بها امام الناس وليراها ابنها جميل حين يعود من اميركا. اما ابنتها اسماء فلم تخطر لها ببال. ولو علمت بنتها بعزمها هذا لرمتها بالجنون وصاحت بوجهها قائلة : ما حاجتك الى السجادة العجمية ؟ هل يأتي لزيارتك المير بشير ؟ انك تحتاجين الى تركيبة اسنان فانفقي ما لديك على صنع التركيبة او على تغيير اخشاب الدرج الذي تنزلين منه الى البستان . ستقول بنتها هذا وغيره ، ولاشك انها محقة في ما تقول . فان ام جميل بحاجة الى اشياء ضرورية قبل مشترى السجادة – انها تحتاج الى تركيبة والى درج خشبي جديد بدل الدرج المهدم الذي بجانب البستان . وتحتاج الى كبوت للشتاء ، وطرحة جديدة وحذاء واشياء اخرى كثيرة .

ومع هذا فهي تتناسى كل حاجاتها لتوفير ثمن السجادة . منذ بضعة شهور اذ كانت تنزل الدرج الخشبي انكسرت احدى الدرجات تحتها فوقعت وكسرت يدها وتألمت من الكسر مدة طويلة ومع هذا لم تفعل شيئاً سوى ترقيع الدرجة المكسورة لانها لا تريد ان تنفق شيئاً مما اقتصدته ثمناً للسجادة .

اقبل العيد الكبير ، وانتهت ام جميل من تنظيف البيت فمسحت غبار الجدران بسعفة النخيل وشطفت الارض والاعتاب ونظفت قطع الاثاث حتى اصبح كل شيء حولها نظيفاً لامعاً يبهج العيون . وفي المساء عدت نقودها التي في الصرة فاذا هي تبلغ نحو ثماني مئة ليرة اي انها تزيد على الثمن المطلوب.

وما جاء صباح العيد حتى فاجأت زوارها بسجادة عجمية كبيرة فرشتها

حديث القلب

بنيّتي

عيني عليها – بنيّتي الصغيرة – تتغاوى والمرآة وجهاً الى وجه ، الساعة تلو الساعة ... ولا تمل ...

عيني عليها ... أسترق اللمحة تلو اللمحة من خلف كتاب ، وهي امام المرآة ، بطولها ، تستنطقها برنوة فيها استطلاع وفيها شوق ... تحتال على سنيّها التسع بثوب راه فضفاض ... وبزنار يشدُّ الخصر بقسوة ، لعله يُبرز شيئاً هنا .. وشيئاً هنا !!

وتسألني بنيّتي بدَل" الانثى وهي شامخة ، تعالج شعرها بيد، وتداري بالثانية رهاوة الحرير المسترسل ... وتستطيل جهدها ... على منتهى اطرافها :

– متى أصبح مثلك يا ماما ؟

– كيف ؟

– متى يصبح لي ... مثلُ ما لكِ ؟

*

بنيّتي الصغيرة تستعجل السنين ... ضائقة متذمرة... من اين يجيئها الصبر لانتظار قد يطول سنتين ... واكثر ؟!

متى تبدأ اكمام البرعمة الندية بالتفتح والفوح ... فلا تعود بنيتي .. نكرة ، لا عين تعلق بها ... وتتشهاها ؟؟!

افروديت

في ردهة المنزل ، وحين سألوها من اين لك هذه السجادة اجابت ان ابنها ارسل اليها كمية من المال لكي تشتريها من بيروت .

ظلت ام جميل مدة من الزمن مأخوذة بجمال السجادة . تنظفها كل صباح بمكنسة خاصة وتجلس ساعات طويلة تتأمل نقوشها والوانها وتخاف ان تدوسها برجليها فاذا جاء اولاد بنتها لزيارتها منعتهم من دخول الردهة وجعلتهم يدخلون البستان من الباب الخلفي لئلا يمروا بجانب السجادة او يلامسوها بارجلهم وارسلت الى ابنها تخبره بمشترى السجادة العجمية الكبيرة وتتمنى ان يعود قريباً الى الوطن لتريه اياها وتقضي واياه بقية عمرها .

وورد اليها جوابه بعد قليل. فاخبرها انه مريض وانه يبغي العودة الى الوطن. لكنه مفلس ويطلب منها ان ترسل اليه نقوداً ليستطيع العودة .

بكت ام جميل ليلة وصول الكتاب وذرفت دموعاً لم تذرفها منذ وفاة زوجها . وعليها ان ترسل الى ابنها المبلغ الذي يطلبه . اي ان عليها ان تبيع السجادة التي انفقت السنوات العديدة في جمع ثمنها وحرمت نفسها اشياء ضرورية لكي تشتريها . لكن الابناء لا يعدلون برزق ولا بمال . يجب ان يعود ابنها مهما كلفها الامر . وستعيش واياه قانعة بالكفاف وستعوضها رفقته عن كل خسارة .

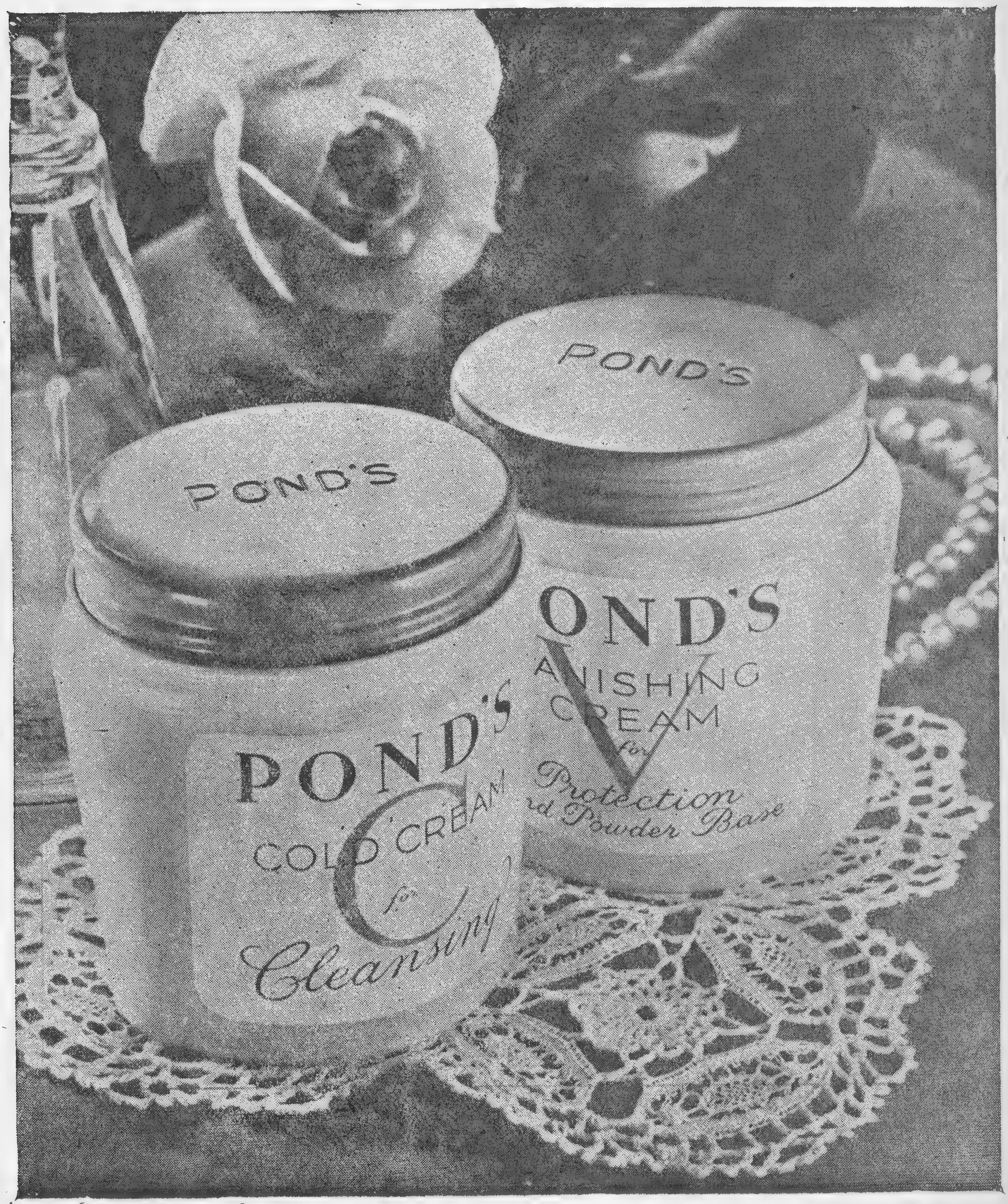
في الصباح الباكر ذهبت الى بيروت في البوسطة وباعت السجادة واواني اخرى نفيسة مما خزنته في بيتها فاجتمع لديها نحو الف ليرة ارسلتها الى ابنها ولبثت تنتظر جوابه .

وانتظرت طويلاً قبل ان جاءها الجواب . وفيه ان ابنها شفي وتحسنت احواله المالية . وهو ينوي الزواج بفتاة برازيلية ولا يدري متى يمكنه الرجوع الى الوطن .

هل كان الابن صادقاً في مزاعمه ام كان كاذباً يخادع امه ويستغل عطفها ؟ لا ندري ماذا جال في رأس الام ، لكنها منذ ذلك الحين . تغيرت احوالها وتبدلت خطتها في العيش فوفرت من من غلة البستان ما امكنها من صنع تركيبة اسنان ومشترى كبوت يقيها برد الشتاء . وانفقت الباقي على صنع درج خشبي جديد للبستان ومشترى حذاء ومنديل . وتناست امر السجادة وعدلت عن الوقوف كل يوم بجانب النافذة تنتظر مرور موزع البريد .

شقيقان ... لا يفترقان !

كريم بندس



كتاب .. "منازعاتنا الداخلية" .. أو

Our Inner Conflicts

بقلم : كارين هورناي

مراجعة : ادفيك جريديني شيبوب

كتاب « منازعاتنا الداخلية » او Our Inner Conflicts للكاتبة الالمانية ، السيدة كارين هورناي ، يبحث في انواع الشذوذ العصبي واسبابه ، ويصور لنا ، بامثلة حية من صميم الحياة ما وصلت اليه الحياة الاجتماعية في العصر الحاضر من تعقيد وتشابك في منافذ العيش المتعددة ، ويبين لنا اثر هذه العوامل الخارجية في نفوس الناس وما ينشأ عنها من نزاع داخلي ، ينتهي في كثير من الاحيان الى عصبية نفسية عنيفة ، تصبح فيما بعد انحرافاً نفسياً وشذوذاً في العلاقات الاجتماعية .

تقوم اهمية كتاب « منازعاتنا الداخلية » بالدرجة الاولى ، على ما للمؤلفة من مكانة ممتازة في الاوساط العلمية العالمية . فالسيدة كارين هورناي ، المانية الاصل ، تخرجت طبيبة بعلم النفس من جامعة برلين سنة ١٩١٣ ، ورُزقت من زواجها بادسكار هورناي بنات ثلاث ... ثم هاجرت مع عائلتها الى الولايات المتحدة ، واستوطنت نيويورك ، وما فتئت منذ عام ١٩٣٢ تلقي المحاضرات في الدراسات الاجتماعية والنفسية ، وهي الآن نائبة الرئيسة لـ Psychoanalysis University وعضوة عاملة في عدد من المنظمات التي تهدف الى رقي علم النفس الحديث .

ولكارين هورناي عدد من المؤلفات اهمها :

1. Neurotic Personality of our time
2. New Ways in Psychoanalysis
3. Self-Analysis
4. واخيراً ، "Our Inner Conflicts" او منازعاتنا الداخلية ، الذي نحن بصدد التحدث عنه ، ويعد بحق ، زبدة ما وصلت اليه من معلومات في هذا الحقل البكر ، واختبارات قيمة ، جرّتها اليها ممارستها مهنتها الطبية بالذات .

★

تقول المؤلفة في البحث عن اسباب الشذوذ العصبي :

ليس من السهل استقصاء اسباب الشذوذ العصبي في الناس . وانما هنالك اشارات ودلائل ، من شأنها ان تشير الى نواحي هذا الشذوذ ، كخروج الانسان في تصرفاته عن المعتاد ، ووقوعه فريسة الاعياء الشديد لدى اقل عمل يقوم به ... وكلما تمكنت معرفتنا واتصالنا الوثيق بالناس ، واتسعت دراستنا لنفسياتهم وتصرفاتهم ، كان ذلك مساعداً على الوصول وايانا الى النتائج المتوخاة .

إن كثيراً من نشاط التربويين وعلماء النفس في الوقت الحاضر متجه بسعة وعمق لكشف النقاب عن اسرار هذا العلم والوصول الى حل هذه العقد النفسية والمنازعات العصبية التي تقلب طبيعة الانسان رأساً على عقب ، وتجعل منه عبداً مقيداً ، ينقاد لاواصرها بدون ارادة منه . ففرويد ، الذي يردّ كل عمل يقوم به الانسان الى عامل جنسي ، ينظر الى هذه المشكلة نظرة متشائمة ولا يرى في شفائها كثيراً من الأمل . لكن المؤلفة اكثر تفاؤلاً ، فهي تأمل في الشفاء ، ما دام الانسان حياً ومستمراً في النمو .

والمعلوم ان لكل ظاهرة غريبة في سلوك الانسان سابقة او سوابق من الحوادث ، كان لها تأثير مباشر او غير مباشر على توجيهه هذا التوجيه الذي قد يصبح شاذاً ، ويأخذ على مر الزمان ، واحداً من مظاهر ثلاثة : التقرب من الناس ، معاداة الناس ، والفرار من الناس .

واذ تأتي المؤلفة على تعداد حالات الشذوذ العصبي الشائعة في هذا العصر ، تشدد على هذه الانواع الثلاثة ، فتتحدث مفصلاً عن علائمها ونتائجها لتسهّل على القارىء مهمة استقصائها وتمييزها اينما وجدت .

فمن صفات الذين يتقربون من الناس ، انهم يشعرون بضعفهم وعجزهم فيلتمسون القوة عند اهلها . يمثلون بين ايديهم ، معلنين طاعتهم التامة ، مستسلمين لارادة غيرهم من اقوياء الناس ، او

او ممن عدوا انفسهم اقوياء ، فبدوا في مظهر البأس والتزعم ، عن جدارة او عن غير جدارة ... هؤلاء يخطبون ودّ الناس وهم ابداً بحاجة الى كلمة تشجيع غايتهم القصوى ، التوفيق في ايجاد رفيق ، أكان زوجاً او صديقاً ... وهم شديدو الحساسية ، ينفعلون لأقل بادرة ، ويضطرب جهازهم العصبي . ذلك لأنهم قليلو الثقة بامكانياتهم وبانفسهم . وباختصار ، فان الاشخاص المصابين بهذا الشذوذ ، يعملون المستحيل في سبيل رضى الناس عنهم ومبادلتهم حباً بحب وتضحية بتضحية .

ويبدو من مظاهر تربيتنا الحاضرة ، ونظمنا الاجتماعية ، تقول المؤلفة ، ان هذا النوع من الشذوذ العصبي هو اكثر شيوعاً بين النساء منه بين الرجال . ومن هنا يمكننا ان نعلل تصرفات بعض النساء واندفاعهن في خدمة الغير ، وبذل المستحيل في سبيل ارضائهم وكسب عطفهم .

ومن صفات الفئة الثانية انهم ابداً في حالة حرب ومقاومة ، فهم تماماً على نقيض الفئة الاولى . يعارضون من اجل المعارضة وحسب ، يحاربون كل فكرة ويقاومون كل عقيده . سلبيون في جميع تصرفاتهم ميالون اشد الميل لاستثمار الناس ، واستخدامهم لمصالحهم الخاصة ، سواء من الناحية المادية او الروحية ، كأن سؤالاً واحداً يتردد دائماً في قرارة نفوسهم حيال كل صداقة او صلة لهم بالناس : « كيف يمكنني الاستفادة من هذه الصداقة ؟ »

والغريب في الامر ، ان المصاب بهذا الشذوذ العصبي يحسب الناس — جميع الناس — يعملون مثله لمصالحهم وحسب ، ويقيسون اهمية الامور بالنظر لفائدتهم الشخصية منها ... والحب عند هذه الفئة امرٌ ثانوي ، وهو سبيل لمستوى مادي او اجتماعي ، يرضي كبرياءهم ويعزز مكانتهم .

اما ذوو الفئة الثالثة ، فهم منصرفون عن الناس ومعاشرة الناس ، منطوون على انفسهم ، دأبهم الانفراد وطلب العزلة .. يحيطون انفسهم بسور من الاوهام ، لا يتمكن احدٌ ما ان ينفذ اليه . ومن هنا كان اتصالهم بالعالم الخارجي بداعي الضرورة الملحة وحسب ، ومتى لم توجد هذه الضرورة ، أغلق السور الحديدي ، وبقي المصاب في وحشته وعزلته قانعاً مختاراً .

من اجل هذا كان اهل هذه الفئة ، يحتجبون عن الاجتماعات العامة وعندهم استعداد كبير للحد من ألوان طعامهم وشرابهم ، والتضييق في معيشتهم بحيث تتضاءل الحاجة الى الاتصال بالناس وطلب معونتهم اياً كان نوعها ... فالمصاب بهذا الشذوذ يطلب العزلة ، وكل من يحاول ان يعكر عليه هذه العزلة فهو متطفل ، وكل سؤال يوجه اليه عن حياته الخاصة ، يثير شديد غضبه . فهو ابداً محاط بهالة من الاسرار والمغلقات .

ومن طبيعة هذه الفئة انهم يتعشقون الظهور بمظهر التفوّق فيميلون لكل ما هو مغاير لما يعمله الغير ، يهربون من الحب خوفاً مما قد يجرهم اليه كرهاً من رضوخ وطاعة . يعيشون في جو من الكبت العاطفي ، فيحرصون على الا يبوحوا لأحد بمكنونات نفوسهم ما استطاعوا الى ذلك سبيلاً ، فتبقى صلاتهم بالناس يكتنفها الغموض والشك .

★

يتضح لنا مما تقوله المؤلفة ، ان حالات الشذوذ العصبي التي تنتاب ناس هذا العصر معقدة بتعقد الحياة التي نحياها ، وكلما تعددت الاسباب التي من شأنها ان تنزل بالانسان وتخل بنظامه العصبي الطبيعي ، تعددت الحوادث الطارئة ، وتعددت حالات الشذوذ التي نحن بصدد الكلام عنها .

واذ تأتي المؤلفة على الكلام عن كيفية التخلص من هذه الحالات العصبية الشاذة تقول : « لا يقوم شفاء هذه الاعراض على تصميم عقلي واعٍ ، ولا باعمال ارادة المصاب في اتجاه معين ، وانما هنالك طريقة واحدة لا ثاني لها ، وهي ازالة الاسباب الاولية التي ادّت الى هذه الحالات ، ومحو اثرها من شخصية المصاب .

ولا يكفي ان يسلم الانسان ويعترف بوجود هذه الاغراض الشاذة في تصرفاته وفي تفكيره ، وانما المهم ، ان يتعاون مع الطبيب في العمل على احداث انقلاب في صميم شخصيته ، يقوم على نظام سيكولوجي خاص ... « ومن الخطأ ان نفكر » ، تقول المؤلفة ، « ان الشفاء من هذه الاعراض العصبية لا يأتي الا عن طريق المعالجة النفسية ، فكثيراً ما يُشفى المصاب شفاء طبيعياً نتيجة اقتدائه بمثال انساني كبير ، او احتكاكه المباشر بجماعة من الناس المخلصين ، او بتعرضه لكارثة مشتركة تجمعه بزمرة من المنكوبين مثله ... إن حالات طارئة طبيعية كهذه ، من شأنها ان تزيل الاسباب الرئيسية التي احدثت هذا الشذوذ ، وبالتالي ، أن تمحو اعراضه محواً تاماً ، فيعود المصاب ، سعيداً معافى الاعصاب .

وتخلص المؤلفة الى القول : ان سلامة اعصابنا انما تقاس بما لنا من مناعة اجتماعية ، فكلما كانت علاقاتنا بالناس علاقة سليمة موزونة ، كنا أبعد عن الوقوع فريسة لهذه الامراض . فالمجتمع العالمي كبير واسع ، وليس في استطاعة الانسان منا ان يعيش حياة طبيعية دون ان يتعامل مع مختلف طبقات الناس واجناسهم ، فحريٌّ بهذا الانسان ان يحرص على ان تكون صلاته الاجتماعية مبنية على المحبة والتفاهم ، لا على الانحراف والتطرف .

★

ان كتاب « منازعاتنا الداخلية » لكارين هورناي ، هو دراسة نفسية عميقة حول احد العلوم المستحدثة في هذا العصر ويُعد في طليعة المؤلفات العلمية التي عالجت هذا الموضوع على ضوء التحليل النفسي والتجارب العلمية ، وهو بعد ، ثمرة جهاد طويل حاولت فيه المؤلفة الكشف عن اسباب الغموض والشذوذ العصبي الذي يكاد يكون ظاهرة قوية من ظواهر القرن العشرين .

ولا اقول إن الكتاب سهل وسلس الاسلوب ، فهو لم يكتب للعامة ولا للتسلية البريئة ، وانما كتب للطبقة الراقية التي يهمها الالمام بكل مستحدث من العلوم ، وان مطالعته ترمي ضوءاً على كثير من الغموض في تفهم طبائع الناس واسباب تصرفاتهم الشاذة وسلوكهم المنحرف .

كتابان جديدان ..

بريد موسكو و في سبيل الحياة

صورة دقيقة عن حياة موسكو في ايامنا هذه
الثمن ١٠٠ ق.ل

قصة عائلة من الاطباء احبت الحياة ... فجاهدت في سبيلها
الثمن ١٠٠ ق.ل

«فن التجميل المنزلي»

لعفاف م. عبد الباقي

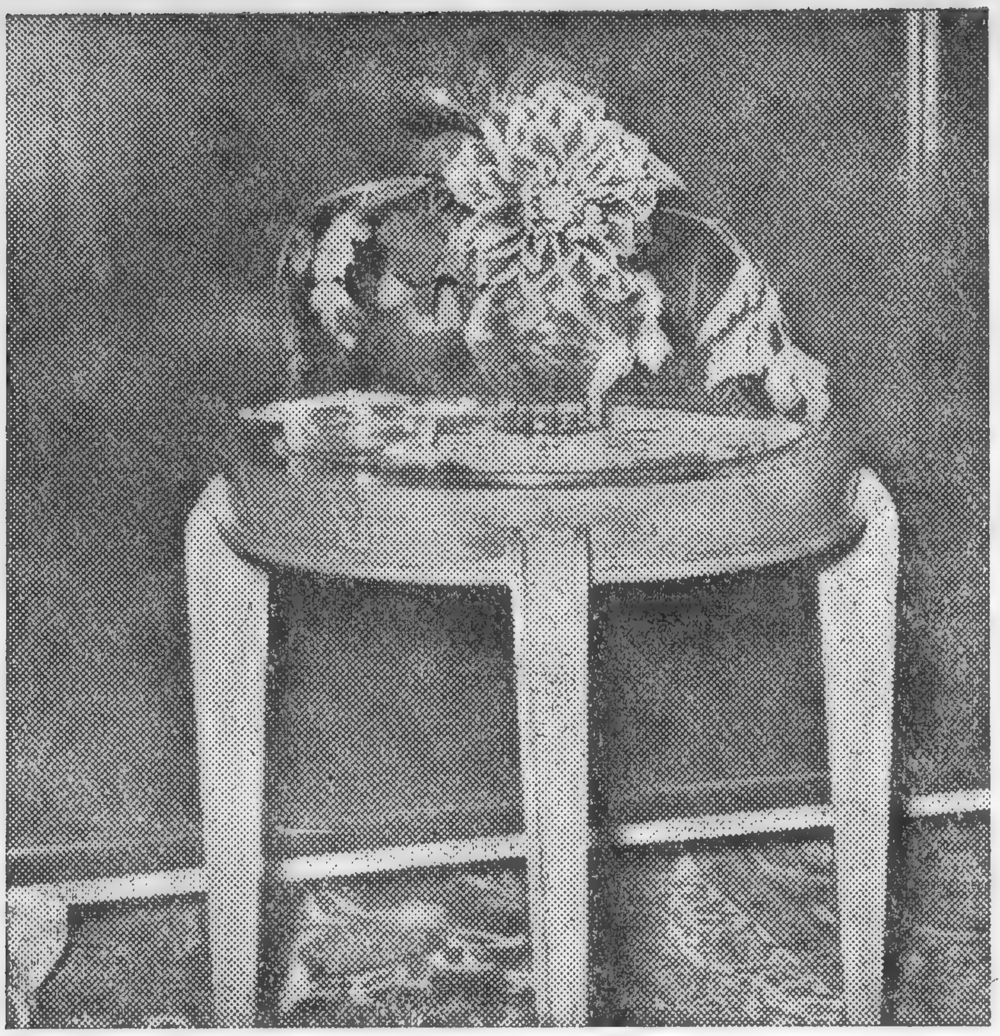
الصور للفنان كربيس

في هذا الفصل الذي تكثر فيه الزهور ، سأحدثكم عنها وعن طرق تنسيقها حتى يروق لنا منظرها ونتمتع بالقسط الاوفر من جمالها .

ان حب الزهور غريزي في الانسان ، وترافق هذه العاطفة رغبة قوية لترتيبها وعرضها وتزيين الدور بها لينعم المرء بجمالها وعبيرها .

ولقد درس الشرق منذ مئات السنين فن تنسيق الزهور الذي بلغ الذروة في اليابان ؛ كما ان اللوحات الفنية التي ترجع

ان الاناء نفسه يوحي ترتيباً خاصاً به كما يظهر في هذه الصورة انه صدفة بحر جميلة وقد الفت منها ومن باقي الصدف مجموعة بديعة



كثرة الازهار ليست من شروط الجمال
وزهرة واحدة تكفي احياناً لخلق منظر رائع كما يظهر في هذا الرسم

الى القرن الثامن عشر وما قبل تظهر ان الغرب قد اهتم بهذا الفن . والتنسيق الغربي يختلف كثيراً عن الشرقي فانه يمتاز بكثرة الالوان والمواد والطراز بينما الترتيبات الشرقية تقوم على اسس معينة . ومن احتكاك الغرب بالشرق نتجت اصول وقوانين ما زالت مطبقة الى يومنا هذا في كل تصميم جميل .

انه من المستطاع ان تضعي زهوراً في اناء دون اي تصميم . وكل ذي خبرة يظهر الزهور فاتنه دون اي تفكير جدي بتنسيقها ، كما ان لبعض الاشخاص موهبة خاصة بحاسة الشكل واللون فيأتون بترتيب بديع دون الاستعانة بالاصول . لكن الشخص العادي قد يستفيد كثيراً بالدرس واتباع الاصول والطرق الاساسية كي يأتي بالنتيجة المطلوبة . وأهم هذه الاسس ثمانية ، التصميم في ترتيب الزهور الذي يقوم كصلة متوازنة بين جميع الاقسام من زهور وخضار واناء ، ويجب ان يكون مناسباً للغرفة والمكان المخصص له . فموضع ضيق بين نافذتين يوحي خطاً مثلثاً منحرفاً ، بينما مساحة واسعة تستلزم ترتيباً كبيراً كما ان طاولة قهوة او طعام تستوجب تنسيقاً غير مرتفع ومتساو من كل جهاته .

في التصميم الناجح تكون المواد متناسبة في الحجم مع بعضها البعض ومع الوعاء . فان النسبة في الترتيب تكون مرة ونصف

على الاقل علو مزهرية طويلة او ما يقارب مرة ونصف عرض اناء واطٍ. وما هذه المقاييس سوى اقتراحات توجيهية لأن النسبة موحاة من المواد والآنية والمكان.

كما ان التوازن مطلوب في كل تصميم فهو كذلك مطلوب في تنسيق الزهور. ونستحصل عليه بوضعنا الاشكال النحيفة والقاتمة لوناً، مثل الازرار والاغصان الخضراء على حاشية التصميم بينما نضع في الوسط الازهار الكبيرة والاغمق لوناً. والترتيب المتوازن يبدو جميلاً من كل الجهات.

وللون اهمية كبرى في تنسيق

الزهور الجافة ذات اللون الواحد تؤلف ترتيباً لطيفاً

— المثلث —

هذا الشكل يتناسب مع الاماكن ذات الفضاء الواسع بخطوطه الطويلة والمتعادلة، وازهاره المركزة في الوسط.

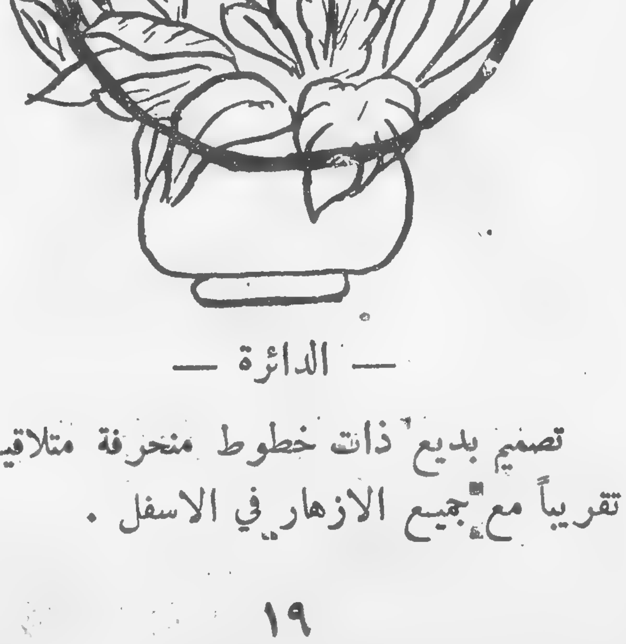
الزهور لوجوده الدائم فيها. ويستطيع المرء ان يتفنن كثيراً بطرق استعماله؛ ولكن اللون الواحد هو اكثر تأثيراً من ان يكون متنوعاً او موزعاً هنا وهناك. ويمكن الحصول على نتائج مدهشة جميلة باستعمال الالوان الدافئة معاً كالأحمر والليموني والأصفر ويمكن الحصول على منظر رقيق ساكن بالالوان الباردة مثل الأزرق والبنفسجي والفواتح واستعمال الروعات المختلفة لنفس اللون في ترتيب واحد يأتي بمنظر جميل جداً.

ان الزهور تظهر جميلة في أي وعاء تقريباً ولكي نحصل على منظر خلاب يجب ان يكون الاناء مناسباً في الشكل والحجم للتصميم وللزهور والخضار. وملاءمة الوعاء وليست قيمته المادية هي التي تعطي النتيجة الجميلة.

١ — أنسجة الزهور ونوعها ولونها يجب ان تؤخذ بعين الاعتبار عند انتقاء المزهريات. فالأزهار القوية والزاهية لا

— الشكل البيضي —

تصميم يناسب الاحجام الكبيرة من الزهر



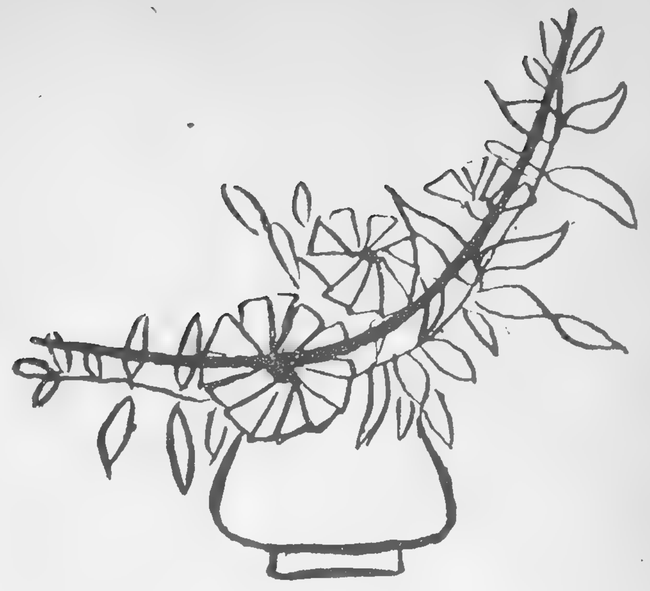
— الدائرة —

تصميم بديع ذات خطوط منحرفة متلاقية تقريباً مع جميع الازهار في الاسفل.

— المثلث الجانبي —

تصميم جميل وشائع وسهل

كثافة الحجم مركزة في قاعدة الخط العامودي



— الهلال —

تصميم حسن للانية البيضاوية الشكل . يلاحظ ان الوسط واط ويحتوي على القسم الاكبر من الازهار .

— النصف الدائرة —

تصميم ممتاز للمزهريات ذات القواعد، يستعمل في صالة الطعام عادة .

— الخط المنحرف —

يشكل تصميماً منحرفاً رشيقاً

تظهر عادة مناسبة في اناء صيني نحيف ، وكذلك الرياحين الدقيقة في اناء من فخار خشن. كل نوع من الزهور يتطلب نوعاً من الآنية ؛ فزهور الحقل وانواع الزهور القوية مثل الزينة لها الأواني الثقيلة غير المصقولة . اما الزهور الرقيقة مثل البنفسج والزنبق فلها الأواني الزجاجية والمرمر والبرسلان. والأواني الفخارية المطلية والخشبية والمعدنية تصلح لكل انواع الزهور التي ليست هي بالرقيقة ولا بالقوية .

ان الاناء الكثير الزخرف وخصوصا المزين برسوم الازهار غير صالح ومستحب لأنه ينقص من جمال الزهور نفسها . ولكن اذا كان عندك اناء جميل حقاً فان باستطاعتك ان تقومي بترتيب يكمل الأناء ويعطيه الأهمية التي يستحقها كقطعة فنية ، وتكون الزهور في هذه ثانوية بالنسبة للوعاء .

وباستعمال الذوق السليم والحرية الكاملة في التعبير مع الممارسة ، تستطيعين ان تتقني فن ترتيب الزهور وتأتي بالنتائج الجميلة المبتكرة التي تفتخر بها كل سيدة.

قصة الشهر

الستائر الزرق

انا يا صديقي أسير سحر قد هيمن علي وملكني حتى اصبحت لا استطيع منه خلاصاً . انا مسيّر في كل ما يصدر عني ، اقولها راضياً مطمئناً ، ولا فرق عندي ان سحرتني التمائم والتعاويذ كما تعتقد انت وامي ، ام ان سحرتني نبالة وانوثة كاملة وطيب اخلاق كما اعتقد انا، المهم انني سعيد بهذا السحر ، حريص عليه ، لماذا تنكر يا صديقي وقد عهدتك صريحاً شجاعاً انا موقن ان امي هي التي دفعتك الى عساك تنجح في اقناعي حيث فشلت هي ، فتعال اقص عليك حكايتي ثم احكم بيننا كما شئت .

كانت امي تغتنم دائماً غياب زوجي فتقول لي :

ان قلبي يا بني ليحترق عليك اسى كلما رأيتك وانت في ريعان شبابك الى جانب زوجك الكهلة التي لا تنجب اطفالاً . فكنت احياناً أروغ من هذا الحديث ، واحياناً ارجوها ان تدعني وشأني فأنا سعيد مع تلك التي اخترتها لنفسي ورضيت بها . ولكن لا اخفي عليك انني منذ شهور قليلة اخذت أصغي الى حديث امي واصبحت كلماتها تنفذ الى اعماق نفسي . كانت تقول لي فيما تقول :

كيف تصبر يا بني دون ان ترزق اولاداً وقد مضى على زواجك عشر سنوات ؟ لا أدري والله كيف تجد السعادة طريقها الى بيت خال من الاولاد ، يبددون السأم والملل اللذين ينتابان الزوجين من حين لآخر .

أنه لحق ما تقوله امي لقد بدأ الملل يدب بيني وبين زوجي فكنا اذا سهرنا في البيت تمر الساعات الطوال دون ان نتبادل كلمة واحدة . انا أقرأ وهي تنسج وقد يتثاءب احدنا فيرد عليه الثاني بتثاءب اطول ، أليس هذا الركود شيئاً مخيفاً في حياة زوجين شابين ؟ كنت احتمله فيما مضى راضياً ولكني أصبحت لا أطيقه اذن انا أريد

> **الفت عمر باشا ادلبي**
>
> اديبة برزت في كتابة القصة القصيرة ونالت عليها الجائزة الثالثة من محطة الاذاعة بلندن .
>
> اذاعت ونشرت عشرات القصص في محطة الشرق الادنى والمحطة السورية كما نشرت لها مجلة الرسالة وغيرها الكثير من القطع الادبية .
>
> تترفع عن الادب الرخيص وتتحلى قصتها بالطابع الرفيع المثالي .
>
> تسعى لطبع مجموعة قصصها في كتاب وهي هنا تقدم قصتها الرائعة : « الستائر الزرق » . ا. ط.

اطفالاً . وما لي لا اجرؤ على البت في هذا الامر ؟ هل انا الرجل الوحيد الذي سيضحي بزوجه من اجل الاولاد — مئات وألوف من الرجال ضحوا بزوجاتهم قبلي وكان لهم عذرهم المقبول ولكن لا أحب يا صديقي ان أمضي في خداعك كما خدعت نفسي فيما مضى ، لقد كان من وراء كل ما قلته لك صبية فاتنة تعلق بها قلبي . فما الاطفال والملل الذي حدثتك عنه الا اعذار اختلقتها أمام ضميري لأتخلص من زوجي المسكينة ، وأفوز بتلك التي لم تتجاوز العشرين ربيعاً . وأحمد الله لأني لم انجح فيما رميت اليه فانظر الى أي حد يبلغ خداع النفس احياناً .

كانت الصبية جارة لامي وكنت أجدها عندها كلما قدمت لزيارتها كأني واياها على موعد وتكررت زياراتي لأمي كنت أزورها في الاسبوع مرة فاذا انا أزورها كل يوم ، والصبية الماكرة تنسج شباكها حولي حتى اذا اطمأنت الى فريستها أخذت تملي علي شروطها . هي لا ترضى بي زوجاً الا اذا طلقت زوجي وكتبت لها سنداً بألف ليرة ذهبية أدفعها اليها يوم أرجع زوجي ، وان اقدم اليها يوم عرسنا خاتماً من ماس لا يقل وزنه عن عشرة قراريط ، لقد قبلت بكل ذلك . ولكن عقدة العقد كانت كيف افاتح زوجي الوادعة المطمئنة في بيتها والتي تسعى لاسعادي وتعتني بي كاني طفلها المدلل . وخطر لي ان أثير بيننا خصاماً ينتهي بالفراق ولكنني لم أفلح . كيف تستطيع مثلاً ان تعبس في وجه من يبتسم لك ؟ أم كيف تشاجر من يسالمك ويحتمل قساوتك بصدر رحب وصبر عجيب ؟ لقد استولى علي ضيق شديد كاد يقتلني . أنا حائر ، ذاهل ، مضطرب لم أدر ماذا أفعل . لقد اشتريت الخاتم وكتبت السند ولم يبق علي الا ان اطلقها وأعقد على تلك التي يهفو اليها قلبي . واهتديت الى طريقة اعجبتني ، سأقول لزوجي أني مسافر وكان من عادتي ان أسافر من حين لآخر بحكم تجارتي واطلب منها ان تذهب الى اهلها اثناء غيابي الذي سيطول اكثر من المعتاد . ثم اكتب اليها رسالة اعترف لها بكل شيء ، وسينتهي ما بيننا على أهون سبب . يا لها من فكرة رائعة لماذا لم اهتد اليها من قبل ؟ ولما أصبح

الصباح فاتحتها بالفكرة الرائعة وحاولت أن أكون معها طبيعياً جهدي كما اعتادت أن تراني . فاذا الاصفرار يعلو وجهها الوادع فتتهالك على اريكة قريبة منها وتجلس عليها مطرقة رأسها الى الارض، ولاح على فمها شبح ابتسامة حزينة ، وأخذت تهز رأسها كأنها تقول :

هذا ما كنت انتظره . يا الهي ماذا اعتراها حتى استولى عليها هذا الوجوم ؟ هل علمت بالذي نويته لها ؟ وكيف تناهى اليها الخبر تباً لهذا البلد الذي لا يكتم سراً . وأردت ان اتكلم شيئاً فجف الريق في حلقي وغابت الكلمات عن ذهني فلم أجد ما أقوله . وجلست هي على الاريكة المقابلة ، وساد بيننا سكوت ثقيل ، فمددت يدي الى جيبي لأخرج علبة التبغ ، ألا نلجأ الى اللفافة في حالاتنا العصبية لننفس عن صدورنا ؟ فاذا يدي تعثر بعلبة مخملية صغيرة يا لي من أبله بليد لقد نسيت الخاتم في جيبي وسرت فيّ رعشة عندما لمسته كالمجرم اذ يرى أداة جريمته ... لا بد انها رأته وفهمت كل شيء .

كنت اتحاشى النظر اليها خوفاً ان تلتقي نظراتنا فتقرأ في عيني شيئاً ، ثم اختلست منها نظرة فاذا هي ما زالت على وضعها الاول كأنها تمثال من حجر يبدو عليها الترفع والكبرياء رغم الحزن العميق . وقد وضعت يداً فوق يد ، يداها البديعتا التكوين ما زالتا بضتين تشبهان يدي الجوكوند ، وقد أخذ يلمع في يدها خاتم الزواج . أي ذكرى اليمة حملها الي هذا الخاتم ، يوم جثوت على ركبتي أمامها وأخذت أقبل يديها ثم مددت يدي الى جيبي وأخرجت هذا الخاتم بذاته ووضعته في اصبعها ، فضممت رأسي اليها وأغمضت عيني وشعرت كأني أسعد انسان على وجه الارض . فاذا دموعها تتناثر حارة على وجهي ، يا الهي انت تبكين في اسعد ساعاتنا؟ قالت بصوت متهدج : « لو تعلم كم احبك وكم ضحيت في سبيلك عندما رضيت ان البس هذا الخاتم ، أنت تعلم انني اكبر منك وقد تزوجت قبلك ولم انجب فلا بد أن يأتي يوم تزهدني وتنتزع هذا الخاتم من يدي ، اي شقاء سينتظرني عندئذ ؟ وهل تراني أقوى على احتماله ؟ » فضممتها الي وانا أقول لها : يا اعز الناس علي ، هل يوجد على الارض من

جاذبيتك وسحرك تتأثران بجمال شعرك

درين

الشمبو المدهش

يحفظ رونق الشعر – يصون جلدة الرأس ويقوي الشعر

يؤمن النعومة واللمعان – يجذب الانظار

يستطيع ان يزهد بك؟ عديني بربك ان لا تعيدي هذا الكلام على مسمعي مرة ثانية لانه يجرحني في صميمي.

لا شك انها الآن تذكر كل ذلك لماذا لم تنفجر باكية وتسبني وتشتمني وتنعتني بابشع الالقاب. كل شيء والله أهون علي من هذا السكوت الذي يكاد يخنقني. وشعرت بميل شديد يدفعني ان أقوم اليها فاحتويها بين ذراعي أطلب عفوها وغفرانها. لكن هذا الشعور لا شك انه آت من تأثير السحر الذي طالما حدثتني عنه أمي، فلأصمد قليلاً، هذه أصعب مرحلة في قضيتنا. فدق جرس الهاتف، فتنفست الصعداء كأنه أطلقني من أسري، فاسرعت ورددت عليه، كانت مخابرة تافهة ولم أعد اليها بل ارتديت معطفي وخرجت الى الطريق ثم ركبت سيارتي وأخذت أجوب الطرقات على غير هدى، كنت كالمحموم تتنابني شتى الهواجس ولا استطيع ان اركز تفكيري في نقطة واحدة، لقد تمنيت والله ان يحدث لي حادث ينهي حياتي لأتخلص مما أنابه.

(البقية على الصفحة ٤٢)

غسالات هوفر الكهربائية

ذات

الشهرة العالمية

وصلت حديثاً

السعر ٢٦٠ ل. ل. س.

★

ملاحظة : مستعدون لكل طلب

تجربة في المنازل مجاناً

الوكلاء العموميون للبنان وسوريا

هنري هيلد وشركاه

★

صالة العرض : شركة دنلوب

تلفون ١٨/٧٨

باب ادريس — شارع الكبوشية

سلي ما تشائين ؟

١ – ان جلدي حساس للغاية ، حتى اني اضطر لوقايته من اشعة الشمس فماذا اصنع ؟

استعملي « كريما » مصنوعاً خصيصاً لوقاية الجلد وهو يزيل الحروق المتأتية من الشمس ، وهذا النوع من الكريم حاضر في متناول يدك ، ولا حاجة للتعريف الى زيادة منفعته عن الغسول التي تدبغ الجلد .

٢ – لقد سمعت عن غذاء خاص ، كالخبز الخفيف ، الذي يذيب السمنة حول الخصر ؛ هل هذا ممكن ؟

كلا : لا يوجد اي غذاء خاص لتخفيف السمنة في مكان معيّن ، ومن الطبيعي ان يخف وزنك اذا انقصت من كمية الغذاء التي اعتدتها ، واذا كان تجمع السمنة حول خصرك لا يتناسب مع قامتك ، فهو اول قسم تخسرينه ، ولا يخطر لك بانه في اي نوع من الخبز وسائل لتخفيف السمنة في هذه الناحية او غيرها ، بل بالعكس ، فالخبز يعدّ من الأطعمة التي تزيد السمنة .

٣ – هل تخسر الاثمار المجففة كالمشمش والدراق من قيمتها الغذائية ؟

كلا : فان النشويات ومادة الحديد تبقى كما هي في الاثمار . وكذلك ڤيتامين (أ) ، اما الڤيتامينات الباقية فتنقص الى ما يقرب الثلث او النصف . وهكذا فالقيمة الغذائية في الفواكه المجففة تعادل القيمة الموجودة في الثمار الطازجة .

٤ – كيف يحفظ الحليب الناشف ؟

احفظي الحليب الناشف في مرطبان زجاجي في مكان جاف ، تبلغ درجة الحرارة فيه ٧ « فارنهايت » . تحت هذه الشروط يمكنك ان تحفظيه لعدة اسابيع ؛ اما اذا وضعته في البراد ، فعليك ان تحفظيه دون تسرب الهواء اليه . انتبهي الى إحكام السدة بعد استعماله لان الحليب المجفف سرعان ما يمتص الرطوبة فيتلف .

موكّد !

كانت الام مع ابنتها، تغسلان الصحون في المطبخ ، بينما جلس الاب مع طفله جميل ، البالغ من العمر سبع سنوات ، في غرفة الاستقبال ، يتصفحان بعض المجلات . فجأة ، سمعا قرقعة ، تلاها تكسير صحون . اصغى الاب والولد يترقبان ما يعقب تلك العاصفة . وساد السكون ؛ فعلق الولد قائلاً : « انها الماما » .

فسأله والده : « كيف عرفت ذلك ؟ »

لانه لو كانت اختي هي التي كسرت الصحون لارتفع صوت ماما مؤنباً !

٥ – سمعت بان اواني الطبخ المصنوعة من معدن « ألومينيوم » تسبب القرحة وغيرها من الامراض الخطيرة ، فهل هذا صحيح ؟

هذا القول لا يمت الى الصحة بشيء ؛ لان سلامة هذا المعدن للطبخ وحفظ الاغذية ، اقرها الاطباء ولا نظرية علمية تؤيد هذا القول الذي لا يعدو كونه دعاية فارغة تمشي بها افكار الناس فيقلعون عن استعمال اوان توفر عليهم من ماليتهم وكذلك تفيد الاواني الفضية والزجاجية والحديدية في كثير من الحاجيات ، واختيارها يتوقف على حاجتك اليها .

٦ – هل يمكنك ارشادي الى طريقة حفظ البهارات ؟

ان عدم الاعتناء في حفظ البهارات تجعلها تخسر ذخرها وقوتها . خصوصاً اذا لحقها رطوبة ، ولكي تمنعي اتلافها ، اشتري كميات قليلة تكفيك لعدة اشهر فقط ، ثم ضعيها في مكان بارد ناشف ، واحكمي اقفال الوعاء جيداً بعد استعماله ، والافضل ان تضعي البهارات في وعاء زجاجي ، ثم اياك ان تضعيها فوق المدفأة حيث ترتفع درجة الحرارة .

٧ – ممَّ يتألف الغذاء الذي يقوم بكل حاجات الجسم ؟

ليكون الغذاء متوازناً ، جامعاً بين مختلف حاجيات الجسد ، يجب ان يحتوي على المواد التالية :

١ – «پروتين» لبناء وتقوية العضل والاعصاب .

٢ – ڤيتامين ، يساعد على نمو وحماية الصحة .

٤ – المواد المعدنية ، التي تقوي العظام والدم .

هل انت سيّدة موقفك ؟

عندما يلتقي شخصان للسير معاً في ركب الحياة ، لا بد لاحدهما من ان يبرز شخصية اقوى من رفيقه ، ويمسك زمام الموقف ، متصرفاً تصرفاً معقولاً ؛ فعندما تنتقد امرأة زوجها او تظهر تذمراً من مسلكه ، تكون هي صاحبة السلطة آنئذ ، واذا مثل الزوج ذلك الدور يصبح هو المالك ناصية الموقف . ولاشك بان احد الطرفين اما ان يكون حاكماً او محكوماً قائداً ام مقوداً ؛ فالتعرف الى موقفك من كلا الجانبين يساعدك على فهم امكانيات شخصيتك النفسية والفكرية ، كما انه ينهض ببعض نقاط ضعفك ، فتسيرين سير هداية وثقة . ولذا اجيبي عما اسألك « بنعم » او «لا» :

١ — هل تتكلمين اكثر مما تصغين ؟
« نعم » « لا »

٢ — أيلذ لك الانخراط في نقاش او جدال ؟

٣ — اتحتجين اذا ضايقك بعض الناس بالتجمهر حولك ؟

٤ — هل انت من هواة المباريات الفكرية او الجسدية ؟

٥ — أتصرّين على حفظ مقعدك الخاص في اي مكان ؟

٦ — أتحاولين تصحيح اخطاء غيرك ؟

٧ — أتسوقين سيارتك بنفسك ؟

٨ — هل ميلك للسياسة يفوق لذتك في الابحاث العلمية ؟

٩ — أتفقدين حماسك ومرحك اذا لم تكوني سيدة موقفك ؟

١٠ — أواثقة بأن ليس هناك من يستغل امكانياتك ؟

١١ — هل يسهل عليك « بلف » الغير ، لنيل أربك ؟

١٢ — هل تتقدّمين الآخرين بلا تردد في الشؤون الاجتماعية ؟

١٣ — أتسيرين في اعمالك دون استشارة احد ؟

١٤ — هل انت من المؤمنات بالنظام الواقعي ؟

١٥ — أتتسرّعين في استجداء دين او فضيلة ؟

١٦ — هل تتذمرين اذا غشك تاجر في حاجيات اشتريتها ؟

١٧ — أتضحكين وتتحدثين بصوت مرتفع لاثارة الضجة حولك ؟

ان كل جواب « نعم » يجمع في الناحية المسيطرة ، والجواب السلبي يعد في الناحية الراضخة ، فاذا تجمّع عندك اثنا عشر «نعم» او اكثر فانت المسيطرة اذن ؛ ولا شك باننا لا نملك جميعاً هذه القوة ، انما يمكننا الاستفادة من الوجهة السلبية ايضاً ، بان نصلح خللها ، ونقوي ضعفها ، فنتمكن من السير بسرعة وسهولة في شعاب الحياة المتفرّعة !

ليست الحماة سبب الخصام في البيت ... ولكن !...

لكم حاكوا حول هذه المشكلة من أقاصيص ، حتى اصبحت الحماة « البعبع » الذي يخيف كل فتاة مقبلة على الزواج ، ولكن لو علمت الفتاة مصدر إزعاجها وتعاستها ، لأقلعت عن تلك الفكرة المتسرّبة اليها بالوراثة من عصر لآخر ، والمأخوذة بدون تروٍّ أو سعة اطلاع !

العامل الهدّام لسعادة الفتاة وإنهاك قواها هو تلك المعاصرة العنيدة التي لا تعي ولا ترعوي ، فتسير في عدائها وحقدها المبنيين على اسس الحسد والغيرة لتقض على الفتاة المسكينة نعومة بالها ، ومضجع سعادتها ، ومن يقرّ بعملها او مسلكها ؟؟ الملامة ابداً تقع على الحماة ، فتلفق حولها الأقاصيص والنكات التي تقرب من الخيال اكثر منها الى الواقع.

لا أحد ينكر ان ابنة الحماة او امرأة الأخ تكون في كثير من الأحيان عزيزة محبوبة من الجميع ، مقربة من كل افراد الأسرة ، فهي تدفن الغيرة وتنكر الذات وتحسّ مع من حولها باسمى شعور فكيف يمكن هذه ان تكون خصماً لدوداً ؟... بالعكس ، انها عزاء في الشدة ومفرّجة للكرب في الضيقات ، تسر لسرورك وتحزن لأحزانك ، فهي ملجأ تستندين اليه ، وتلقين عند قدميه همّك وتعبك ، اما الفتاة التي تحظى بهذه الصديقة ، الأخت فتعدّ أسعد المخلوقات.

أن العلاقة التي تربطك بابنة حماتك ، واهية مزعزعة ، وما ذلك الا لوجودكما في عصر واحد ، فلنواجه معا هذه المشكلة الحقيقية ، ولنعمل سوياً على حلها :

تربطك باختك صلة الرحم ، ولا مجال لتذمرك من صديقة انت اخترتها بنفسك ، ولكن كيف يمكنك الامتزاج او الانسجام مع عنصر غريب عنك بالروح والجسد ؟...

تتناقل الألسن احاديث منوعه عن

الحمـاة ، وهذا يسبب الرهبة في نفس الفتاة المقبلة على الزواج ، ولكن الحماة في هذا العصر تعدّ اماً حنوناً لكنّتها ، بعكس ما تتهم به ؛ فهي اجتازت مرحلة لا بأس بها من العمر ، ووصلت الى فترة قناعة ، اذ ماتت الغيرة في نفسها وتلاشت مسحة الحداثة من وجهها ، فهي لا تقاوم لتشق لها طريقاً جديداً بزّي مبتكر او زينة جذابة ، هذا الى جانب الخبرة الفطرية التي اكتسبتها مناعة نفسية تواجه بها تلك الامور اليومية الطفيفة بصبر وهدوء ؛ انما يمكن الحماة ان تكون خصماً لدوداً من جهة اخرى لكنها لن تكون ابداً تلك المزاحمة على مظاهر الأنوثة .

كثيراً ما تتلبّس ابنة الحماة وجوه مختلفة تطالعك بها لتقهرك وتزعجك ، فهي تزورك في الصباح الباكر لا لتحتسي معك فنجاناً من القهوة فحسب بل لتلقي عليك درساً في مختلف الفنون ، وتتنقل في جوانب منزلك لترى اذا اشتريت مصباحاً جديداً او قطعة اثاث او لوحة فنية دون استرشادها ، فهي ، كما تظن ، لها عليك حق ، ولك تجاهها واجب تحافظين عليه باقصى ما يمكنك من الدقة ، وهي ، لو تقدر على مراقبة كلامك وافكارك لفعلت ، وتعلل هذا الحق الى صلة القرابة بينكما ، فتتدخل في امور لا تبالي بها اختك او صديقتك .

اما امرأة الأخ ، وهي لا تقل خطراً عن ابنة الحماة ، فتذكرك امام زائر غريب ، بالحركات الساذجة او السخيفة التي قمت بها في حداثتك ، وقد نقلها اليها اخوك في فترات استسلامه للذكريات ، فروى لها مثلاً عن امتطائك القطار مرة ثم وصولك الى محطة غير التي كنت تقصدينها ، لأنك اخذت وجهة معاكسة للسبيل الصحيح ، أو تروي على مسمع من الحضور ، قصة ذلك المتصابي الذي علق بحبك يوماً ، والى ما هنالك من أقاويل فارغة تضحك الغير ، وتوغر صدرك بالكراهية ، فتتمنين لو انت قادرة على صفعها لشفاء غلتك !

ومن المؤسف ان تشعر امرأة الأخ مثلاً ، بتفوقها المادي او الفكري على ابنة الحماة ، فتفتخر وتباهي اذا ساعدتها بتقدمة بعض الملابس لأطفالها ، او اعالتها في ضروريات لا غنى عنها ، فتظهر لها الكبرياء باسلوب يهدم كيان الأخرى ،

فتبقى صامتة ، تضمد كبرياءها الجريح ، لأن الفاقة والعوز وقصر لسانها عن افهام زوجها بحقيقة الواقع ، تقعد بها عن الاحتجاج والاعتراض . والزوج ، لا يقف ولو لحظة لدرس الحالة باكثر من نظرة سطحية لا يستوعب بها الموقف الحاسم ، بل انه يقبل المعونة التي توفر على جيبه ، بالشكر والتقدير .

عندما تتوفى ام ، وتترك فتيانا وفتيات متزوجين ، لا بد من نشوب خلاف بين امرأة الأخ والفتاة ، التي تقوم لترث المجوهرات والمخلفات الثمينة التي يحق لها اخذها بعد والدتها ، هذا الحسد يولد النفور والخصام ، ويوقع الزوج في ورطة قاسية ، وكثيراً ما يكون تأثير المرأة على نفس زوجها قوياً ، فيشنها حرباً عشواء تلتهم الأخت بنيرانها !

وهنا أعرض امامك بعض آراء من مصادر متباينة ، تبسط فيها كل سيدة واقعية عائلتها : « اني متفقة تماماً مع امرأة اخي فلا شيء مشترك بيننا ، ولا نلتقي سوى في الحفلات الرسمية ، والأعراس والمآتم » .

« لزوجي خمس اخوات ، لا يطقن وجودي بينهن ، كما اني اكره الارض التي يسرن عليها » .

« أحب اخت زوجي كثيراً لكنها تضايقني في بعض الأوقات بانتقاداتها اسلوب تربية اطفالي » .

« امرأة اخي صديقتي منذ ايام الدراسة ، انها فتاة ظريفة واخت حقيقية وصديقة حميمة ، ولا ارضى عنها بالكون بديلاً » .

« لزوجي ثلاث اخوات اكبر منه سناً ، وقد زعزعن شخصيته بالتدليل والغنج حتى اصبح يضايقني بانانيته » .

هذه الآراء المتعددة ، تبين حقاً ، ان ابنة الحماة ، اما ان تكون شيطاناً رجيما او ملاكاً رحيما ؛ اما ان تقوض البيت على رؤوس ساكنيه ، من جراء الانشقاق وسوء التفاهم الناتج عن انانيتها وحماقتها ، او ان تكون بلسماً شافياً لجراح العائلة تمسح آلامهم برفقها وحنانها وطيبة قلبها ؛ وعلينا ايضاً الا ننتظر من الرجل ان يدرس هذه المشاكل الطفيفة في نظره ، كما اني انصح لك بان تقلعي عن اقناع زوجك او اخيك ، بايضاح الاسباب التي نتج عنها الخصام ، ولا تركضي ابداً الى اخيك شاكية تصرفات زوجه ، فانه يفشلك ، اذ لا يترك رفيقة سرائه وضرائه ليرضيك في اي حال . أما اذا تأكدت بان ابنة حماتك لا يمكن ان تكون اختاً او صديقة لك ، فابسمي لها واضبطي اعصابك ولسانك ، كما ان عليك ان تتمرني على الصبر والاختبار الشاق ، محاولة كسب الكفة الراجحة من صداقة ابنة حماتك او امرأة اخيك ، لأنك ربما ستعيشين معها العمر .

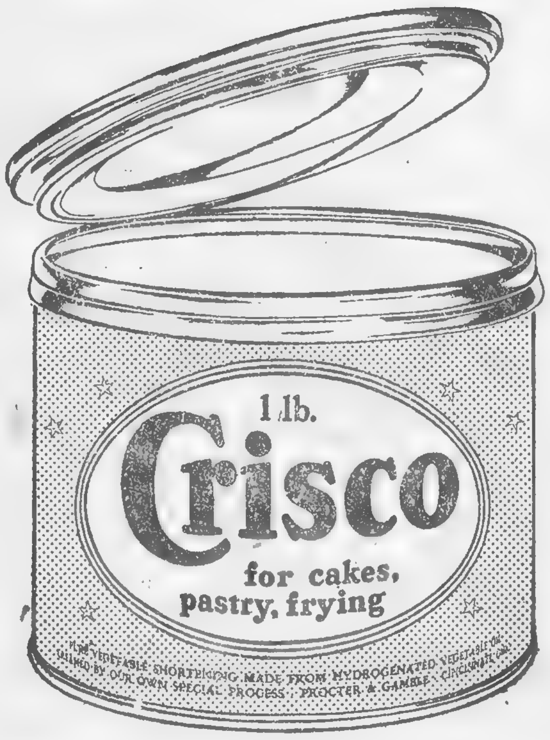
مترجمة عن « ليدزهوم جيرنال »

اطيب وانقى سمن نباتي

لذيذ الطعم — سريع الهضم

كريسكو

لا اثر للدهن او الشحم فيه



الاطعمة اللذيذة والحلويات الممتازة والمقليات

الخفيفة تحضر بسمن كريسكو

هل تؤمنين بالحب من اول نظرة ..؟!

الحب من اول نظرة ، وهل تؤمنين به ؟ ...
انها فكرة طارئة ، كثيراً ما سمعت بها ؛ « ... التقت به في مكان كذا ... واحبته من اول نظرة » .

قد تنجذب فتاة بشخصية فتى منذ اول لقاء ، فيلذ لها معشره ، وحديثه وظرفه ولطفه ، لكن الحب لا ينمو بهذه السرعة المباغتة ، والسهولة الخيالية ؛ فهو طريق طويل شاق ، معقّد بطيء ، او بالاحرى انه درس صعب التفهّم . قد لا تصدّقين هذا اذا كنت منجرفة بتيار حب جديد ، او اذا كنت محلّقة على جناح الاثير مع ذكريات ماض حالم ، ولكن اذا كنت تجاهدين لنيل حب واقعي معقول ، تبنينه بوعي وتأمل على اسس متينة وقواعد راسخة ، كما هو المفهوم عند الاكثرية الساحقة ، فلا بد من وصولك الى معرفة الحقيقة .

كل حب يرتكز على العاطفة ، متزعزع متقلّب غير ثابت ؛ قد يعرف الحيوان العاطفة ويحسّها ، وربما يمارس التضحية ، ولكن الانسان وحده يقدر مدى العلاقة النفسية والرابطة الروحية والتجانس الفكري الذي ندعوه نحن حباً ، كما ان الانسان وحده يتمكن من دفع ثمن الحب ، اذ هو شيء سام لا يثمّن ، على انه يحتاج الى صبر وتأنٍ ومتى كان التصبّر اختباراً ملذاً ؟

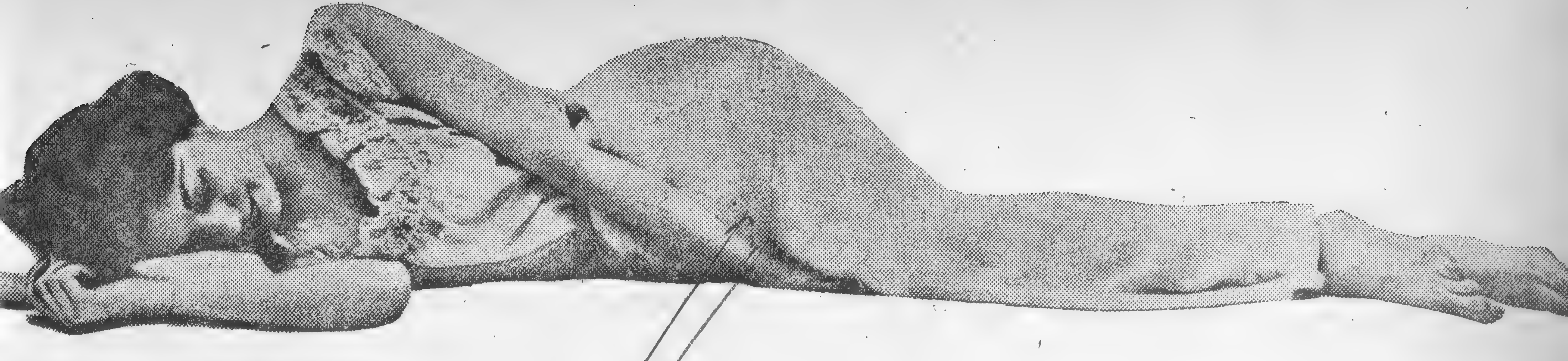
ان قوة الارادة عامل لا يستغنى عنه في حالة الحب ، كما انه عمل صعب المراس ، وهل يعيش الحب الا بالتسامح والتفاهم والمرح ؟ فهو بحاجة الى جو نقي متجدد خال من الشوائب ، وهذه من صفات الانسان المثالي « السوبرمن » Superman

هل تحصلين على هذه الصفات الآنفة الذكر من نظرة اولى عابرة ، تطالعين بها وجهاً وسيماً او قواماً فارعاً ؟؟ ...

طبعاً لا . يجب ان يعيش الحب في جو بعيد عن الخيال والشعر وأشعة القمر وسكون الليل . يجب ان يحيا اكثر ما يحيا في ساعات الحرمان والوحدة ايام البعاد والخصام ، في الآلام والضيق والصدمات والاحزان ، حتى يأمر الموت بالانفصال النهائي ، وقد يستوطن جنايا الروح ذكريات تجيش وتثور حتى بعد الموت ، فيكون هو المنتصر ، الغالب !..

أجل ! حتى ولو قطعنا هذه المراحل كلها ، واجتزنا العوائق مقتحمين ابواب الصعوبات ، فلن يكون حبنا كاملاً ، لاننا مخلوقات ناقصة في عالم لا يعرف الكمال . اننا نتذمر ونشكو في سن السبعين كما كنا نفعل في السابعة عشرة . وقد نمد يدنا المتجعدة ، النحيلة ونحن على فراش الموت ، نمدها الى رفيق العمر ونبسم ! ...

وهذا هو الحب !



هذه الطريقة ...
اسرع من عقاقير التنويم ...!

الآن ، يمكنك ان تطرحي جانباً تلك الحبوب المؤثرة على عموم صحتك ، وتتخذي علاجاً جديداً نافعا !...

يقتل الانسان نفسه بالعقاقير والعلاجات الكثيرة التي يستعملها لتساعده على النوم ، غير عالم انها سم يسرع في هدم حياته ؛ أما العلاج هنا ، فلا يتعدّى تمريناً سهل الاتباع ، دون ان تخسري مجهوداً ما ، اوتستعملي تعليمات خاصة أوقوة ارادة؛ ولا شك بان هذا العلاج المبتكر سوف يمكنك من الارتياح في اضطجاعك اينما كنت ومهما تكن حالتك مدى الحياة ، وعندئذ سيخالجك شعور جديد ما كنت تتذوقينه قبلاً .

اضطجعي على سريرك باسترخاء ، ومدّي ذراعيك على الجانبين وكذلك ساقيك ، ثم اغمضي عينيك تماماً اثناء القيام بالتمرين ، وهنا لا بدّ لك من حفظ بعض عبارات ترددينها في نفسك .

١ – فكري بذراعك الأيسر قائلة : « اني أشعر بثقل في ذراعي هذا وخمول قوي ، حتى اني لا أكاد اشعر به من أعلى الكتف الى رؤوس الأصابع ، ان ذراعي ثقيل جداً لا أقدر على رفعه مهما حاولت ذلك » .

٢ – انقلي الآن تفكيرك الى ذراعك الأيمن ، ثم أعيدي هذه العبارة : « ان ذراعي الأيمن ثقيل فلا أكاد اشعر بكيانه ... »

٣ – بينما انت تفكرين بذراعك الأيمن ، ارفعي الذراع الأيسر بسرعة ، تجدي انك عاجزة عن ذلك ، فهو مرتاح حتى كأنه منفصل تماماً عن عضلات الكتف .

والآن انتقلي الى الخطوه التالية من التمرين :

١ – فكري بساقك الأيسر واحصري تفكيرك فيه ، ثم ردّدي هذا القول : « ان ساقي يثقل حتى لا أكاد أحسّه جزءاً من كياني ، من أقصى الورك الى أخمص القدم ، فلا أقوى على رفعه مطلقاً » .

٢ – الآن فكري بسرعة بساقك الأيمن ، واحصري انتباهك فيه مرددة : «ان ساقي الأيمن يثقل حتى لا أكاد أشعر بوجوده » .

٣ – بينما انت تفكرين بساقك الأيمن ، حاولي رفع الساق الأيسر ، تجدي انك عاجزة حتى عن الشعور بوجوده .

حاولي اعادة هذا التمرين اكثر من مرة حتى تقنعي نفسك ، لأن الحل نفساني محض ، واني واثقة بانك تنامين باسرع مما كنت تفكرين ، نوماً هادئاً كغفوة الطفل ، وتستيقظين نشيطة مرحة ، حاضرة للبدء بعملك على أحسن وجه .

الذاكرة
كيف نقويها ؟

انه لبوسع كل امرىء ان يقوي ذاكرته ، والذاكرة اقرب الى كونها فناً ، خلافاً الى حد ما ، لما يعتقده بعض الناس ، من كونها موهبة تخلق مع الانسان او يعطيها القدر لمن يريد . ولست اعني بان الانسان يقدر ان يزيد في خلايا دماغه ولكن بوسعه ان يحسّن قوة الذاكرة الى درجة كبيرة . فكما انه يقدر المرء ان يقوي جسده بالالعاب الرياضية هكذا بامكانه ان ينمي الذاكرة بالرياضة الذهنية وباتباع طرق تساعده على اعادة الماضي على مسرح الفكر . كم وكم من الناس يجهلون الطرق المؤدية الى تحسين هذه الملكه ويستسلمون الى قولهم : « خلقني الله من دون ذاكرة » ويتهم بعضهم مقدرته بقوله : « خانتني الذاكرة » . فيكون بهذه الاعتبارات والاعمال قد افسح المجال لخمول ذاكرته ، ويعجز احياناً عن تذكر اسماء اصحابه مثلاً فيفقد آنذاك الثقة بالنفس ويتكون لديه مركب نقص ، وتصدأ اجهزة التذكر ككل آلة تركت دون استعمال ، ويفقد الانسان عاملاً من اهم عوامل التقدم والنجاح في الحياة .

تعد الذاكرة من اهم عناصر النجاح ، فجميع الشؤون العامة والخاصة وجميع مطالب الحياة تتطلب بديهة حاضرة خاصة في عصرنا هذا عصر السرعة والحركة والتقدم ، وبمقدور كل انسان ان ينشط بالممارسة قوة الذاكرة فيه حين يتعرف الى الطرق والوسائل المؤدية الى ذلك ، فهناك طرق عديدة لذلك تكاد تجمع عليها العلماء واهمها :

١ – ان يضع الانسان في ذهنه ان ما يقرأه او ما يسمعه يجب ان يتذكره او يبدأ بتذكره عقب القراءة او السماع ، ففي هذه الحالة تكون الذاكرة حاضرة البديهة واشد حساسية لالتقاط ما يريد ان تتذكره . فالاخبار والحوادث او اسماء الاصدقاء الذين نريد ان نتذكرهم يرسخون في اذهاننا اكثر بكثير من الاشياء التي لا نبالي بها . فاننا غالباً نتذكر الاشياء التي نريد حقاً تذكرها .

٢ – ايجاد رابطة بين الاشياء التي نريد ان نتذكرها وبين الاشياء الواقعية المألوفة او بينها وبين اهدافنا وآمالنا في المستقبل . او بواسطة اختراع روابط صناعية وقرائن زمنية او مكانية . فاذا تعرفت على شخص جديد فجرب ان تقارن بين اسمه مع اسم صديق حميم او جرب ان تقارن بين مدلول اسمه واشكال وجهه او جسمه او تصرفاته او بينه وبين المكان الذي حصل فيه التعارف فيسهل بذلك التذكر ويكون قد اشركنا الحواس ايضاً بمعوتنا على اعادة الماضي . فايطاليا تشبه الجزمة مثلاً ، والمدعو جميل قد يكون جميل الوجه او عكسه ، والمدعو نخله قد يكون قزماً ، وقد تتعرف على وسيم في ليلة مقمرة وقد يلتقي مع بهيه في ظلال ايكه وارفة .

٣ – يستحسن ان يرد الانسان بصوت عال ويكرر الاشياء التي يريد تذكارها بعد التأكد من صحة سماعها . ولكم عجبت من استاذتي في علم النفس فلها قوة غريبة على تذكر الاشياء وخاصة اسماء الناس والطريقة التي كانت تتبعها هي التأكد من سماع الاسم . ثم تكرره مخاطبة الشخص باسمه اثناء الحديث فتدرس بذلك الصفات والحركات حتى لون العيون وتقاسيم الوجه وبعد ان يطوي الزمان الحادث يعود عند ارادة تذكار صورة صافية جلية اشتركت في تكوينها اكثر الحوادث وسهلت اعادتها على مسرح الفكر .

٤ – واخيراً تفادى الركود الذهني . حاول دائماً حل ألغاز بعض الروايات البوليسية الراقية او بعض الالعاب او المسابقات التي تنشرها بعض المجلات او الصحف . او حاول ان تكتشف في كل يوم شيئاً جديداً . مثلا جرب ان تتذكر الاشياء التي رأيتها في الطريق او تذكر البيت الذي زرته وبقدر ما تتوخى الدقة في التفصيل فيما تتذكر يكون خيراً وافضل . فممارسة الهوايات ايضاً خاصة في اوقات الفراغ تنشط ملكات المرء الفكرية .

فالدقة بالذاكرة والاعتماد عليها واتباع هذه الطرق يمهد لك طريق النجاح ويزيد الشخصية تقديراً واعجاباً فعضل التفكير (الدماغ) ككل عضلات الانسان يقويه المران ويضعفه الاهمال .

مي توفيق سلمان

استعر الصيف .. فهيّا الى الشاطئ

لقد استعر الصيف ، والبحر يبسط شاطئه مرحباً لاستقبال عشاق الجمال والرياضة ...

الصيف فصل الراحة والاستجمام ، حيث تسترجعين ما فقدت من قوى جسدية وفكرية ، ولكن ألا تفكرين بان جمالك في خطر اذا أهملت الاعتناء به ؟ فمن الطبيعي ان يتحرّق الجلد الخارجي ، ويجف الشعر وتسمرّ البشرة ، فتعالي لنري كيف يمكن ان نتلافى هذا الخطر المداهم !

الحمية خير من العلاج ! ولكي تعملي بموجب هذا المثل ، ابدئي بأخذ الحمامات الشمسية بتؤدة ، في فترات قصيرة اولاً ، ثم زيدي عليها دقائق كل يوم ؛ وعليك باستعمال كريم يمنع الحروق وهياج الجلد ، ويقوم بدور الزيت الطبيعي . قد يتسبب من جراء اهمالك ليوم او يومين عطل اسبوعين او أكثر ، ولا بد ان يزول شيء من الكريم اثناء الاستجمام فاسرعي لتجديده ، ذاكرة ان ابرز اماكن لتعرّض الشمس هي الأنف وأعلى الخدين ، وأسفل ومؤخر العنق ثم الكتفين والساقين .

ها انك برغم عنايتك ، تجدين بعض حروق على وجه الجلد ، فاما ان يكون النهار اشد حراً مما كنت تعتقدين ، او انك نسيت ان تجدّدي الكريم ، وهذا يقض عليك راحتك ، فتسرعين للتخلص من الألم ؛ وهنا انصح لك باستعمال ملين بارد يبقى على الجلد لمدة ثماني ساعات ، فيزيل كل الحروق ؛ وهذا يعلمك درساً في الوقاية لأيامك المقبلة .

لا تستعملي الماء والصابون للتنظيف بل كريم منظف يمتص الادران الخارجية داومي استعمال الملين لعدة ايام ، واذا بدأ الجلد «يقشر» لا تسرعي بازالة القشور بل اتركيها على طبيعتها ذاكرة ان الجلد الجديد اشد استعداداً للاحتراق .

على الشاطىء ، حيث تسطع الشمس بكل قوتها ، تحتاجين الى زيادة احمر الشفاه ، ولا تنسى عينيك وحاجبيك ، اذ يبهت لونهما بجانب الشفتين ، ولست مضطرة لاستعمال أحمر الوجه ، وحتى اذا استعملته فتروي كيلا يلفت الانظار .

اما في استعمال البودرة ، فتنبهي لاختيار اللون المناسب . كيف تريدين ان يبدو شعرك ؟ هذا يتوقف على مدى عنايتك ايضاً ؛ اعلمي ان الهواء لا يبقي شعرك مرتباً ، فاختاري اذن ، تسريحة سهلة يمكنك اصلاحها كلما تشعثت . لا تنسي ان تغسلي شعرك بالماء بعد الاستجمام في البحر ، كما أنصح لك بتغطية رأسك من الشمس . لا حاجة الى تذكيرك بوجوب استعمال النظارات الشمسية لتلافي ألماً في الرأس ، وخول العينين ؛ وهذه فرصة مؤاتية للقيام ببعض تمرينات تخفف اماكن السمنة في جسدك .

انك ترغبين في نحولة الخصر ، فتقفي معتدلة واجري تمرينات تتمدد فيها كل مقاطع جسدك خصوصاً حول الخصر ، وسيري بسرعة على الرمال اذ انه افضل مكان لتمرين الجري .

واخيراً ، انت على الشاطىء ! فاتركي هموم الحياة ، وعناء العمل في المنزل ، واشعري بالمرح والخفة ، هذا ولا ريب يجعل وقتك اسعد فترات ايامك !

همسات للمقبلات على الزواج..

تنمو الفتاة ، وتفتح عينيها على انوار الحياة ، فتراها صوراً على الشاشة ، او تمثيليات تملأ مخيلتها بالآمال والأماني وتتوق الى اعتناق دورها على المسرح ، وهنا يبدأ سعيها للانخراط في السلك الحي المستمر... وفتاة العصر كالنحلة في فصل الربيع تنتقل من ثغر زهرة الى اخرى تمتص احلى الاري واشهى الرحيق ، ولكن واحدة من هذه المعسولات المستحضرة في معامل الرقي العصري والمدارس الحالية لا تعلمها ما هي بأشد الحاجة اليه الا وهو كيف تصبح ربّة بيت في المستقبل .

اجل انها عروس وها هي تقدم ولاءها لرفيق غدها وهنا تترك عالم الخيال لتدخل الى الواقع ، ولكن خطواتها تثقل ، واقدامها تشعرها بضيق عنيف ! فان كل واحدة من النساء حولها تقدم لها آراءها ونصائحها ، وهي تعتقد بان في هذا الدرس الكامل ، الذي يبدأ من رفؤ الجوارب ، وينتهي بالامور النفسية القيّمة ، ولكن هذا المجرى من الارشاد والنصح ينضب فجأة بعد الزواج، ليتخذ وجهة اخرى على لسان والدتها او حماتها ، واذ لا بد من استمرار هذا التيار مدة تقرب العشرين عاماً فعلى المرأة والحالة هذه ان تأخذ موقفها بالدراية والتعقل وتتبصر بامورها عن وعي وتفكير . ولا يلحظ المرشدات الظواهر التي لا تخفى على محيا الفتاة ، ولعدم وثوقها من ناحية ما ، فيمضين بالكلام ، يقدمنه غير مباليات الى اي مدى سيكون وقعه او عالمات بانفساح هالة ذلك الصدى ، فينتقلن من موضوع الى آخر متجنّبات الموضوع الاهم ، الذي لا بد ان تكون قد اطلعت عليه في المطالعات

الكثيرة، الخيالية حيناً والواقعية القاسية احياناً اخرى فتشعر انها تلمّ بمعرفتها جهلتها والدتها يوم عرسها ، وتذوقت في الادب الحديث طعم المفاجآت الغريبة فباتت على امل ان تفاجئها الحياة بما ترقب ، ولم تجد هناك من يردها عن فكرتها الاساسية، التي تملأ صميمها بالشك والبلبلة فيقنعها بوجوب الارتياح ، والتمتع بملذات حياتها الحاضرة .

كل فتاة تختار قاعدة تركز عليها حياتها الزوجية بعد انتهاء شهر العسل ، وبانتقاء هذه النصائح ، نجد ان افضلها يأتي كثيراً من مصادر مغمورة ، وفي الشذرات التي لا نبالي بها نجد قيماً سنيّة ، وهذه مختارات نصائح من مختلف الشخصيات الواعية حقيقة نفسها فهي تبدو غريبة مدهشة ، ولكن الخبرة اظهرت عظم فوائدها ..

١ – تعلمي ان تقبلي النصيحة بلباقة : ان العطاء سهل كالأخذ ، واذ كنت بغنى عما يقدم لك ما تحوّليه لشخص آخر ، غير مبالية بالبحث عن المعطي ، واذا عاد العطاء بطريق الصدفة الى مصدره فلا يكون ذلك مدعاة للغضب ، بل لتقديرك والاعتراف بحكمتك البالغة :

٢ – لا تصنعي ملاقط تجعيد شعرك قبل ان تقبّلي زوجك وقت النوم : ما من رجل يقدر ان يشعر بانعطاف كلي الى رأس من شوك .

٣ – سرحي شعرك ، واغسلي وجهك قبل الفطور وقبل ان تأخذي القهوة ، فان الرجل يقع في شك وحيرة حين لا يمكنه ان يفرقّ بين وجه الزوجة وتجعدات وسادته .

٤ – لا تلمسي آلة الحلاقة او ترتبي طاولة زوجك . هذه امور تجنبيها ، لان آلة الحلاقة بعرف الرجل شارة اصيلة مقدسة لا يجوز للمرأة استعمالها حتى لقطع خيط استعملته لخياطة زر لقميصه ، او لبري قلم يخصه . وكذلك طاولته الخاصة ، فهو كثيراً ما يترك القوائم ، والاوراق مبعثرة بصورة غير مرضية فاياك ان تعمدي الى اعادة النظام اليها دون رضاه .

٥ – لا تنامي على خصام: فان هذا النزاع يتضخم قبل الصباح حتى يصل بك الى ما لا تحمد عقباه ، هذه القاعدة سهلة الاتباع ، ضمن حدود معقولة فاذا تظاهر زوجك بالنعاس، فليس من الحكمة ان تجددي الحديث بل اجعلي امامك هذه العبارة : « لنترك العين الوسنى تنام » .

٦ – اذا دعاك طفلك وزوجك معاً ، فامضي الى زوجك اولاً ، مقررة بان الطفل لا يكون معلقاً على رأس الحفة .

٧ – تكرمي بمالك ووقتك ، ليس بما يخصه من هذا ، فان المرأة تتخلى عن اجتماع هام، لمجرد شعورها بافضلية وجهة اخرى ، فهذا الشعور يتلاشى عندما تتكشف بانها اضاعت فرصة الغنم والقنص التي عول عليها زوجها ، ولن يضاعف شعور مرحها ، عندما تقدم من تلقاء نفسها ، مساعدته بالتبرع لنادي البلدة . او اذا سمعت بان صاحبة لها مريضة تحتاج الى دم ، فقدمت دمها ، ولكن النوع لم يتفق مع دم المريضة ، فركضت الى زوجها تسأل ان يتكرم بدمه ، وهذا مما لا يرضيه طبعاً .

٨ – لا تحاولي ان تغيّري زوجك: انك اذا اقررت بهذا ، ام لا ، فانك تزوجته من اجل اخطائه لا بالرغم منها ، فاذا راق لك حياؤه قبل الزواج فلا تذهلي من اختفائه بعده . القوة والفضيلة من اجمل صفات المرء ، ولكن تخيليها منتصبة امامك على مائدة الفطور كل يوم . ان البالغين كالاحداث اكثر ما يحبون في ساعات ضعفهم، حين يشعرون بالحاجة الى مساعدة الواحد منهم للآخر . هناك من يقولون بمعاملة الاطفال كالبالغين ، ولكن عكس هذه النظرية مطابق اكثر ، ويجب التسامح معهم لا تعنيفهم وانتقادهم .

٩ – لا تتباري مع زوجك : فانك اذا خسرت تحسّين بتشتت وضعضعة ، واذا ربحت تشعرين بدل لذة النصر بوخزات هذه العبارة يقذفها من يكون حولك . ما الذي غرّها منه ؟ ولكن اذا كان لا بد من ذلك ، فاسمحي دائماً ان تربحي مرة وتخسري اخرى ، فتبقي الاولى سراً وتنشري الثانية .

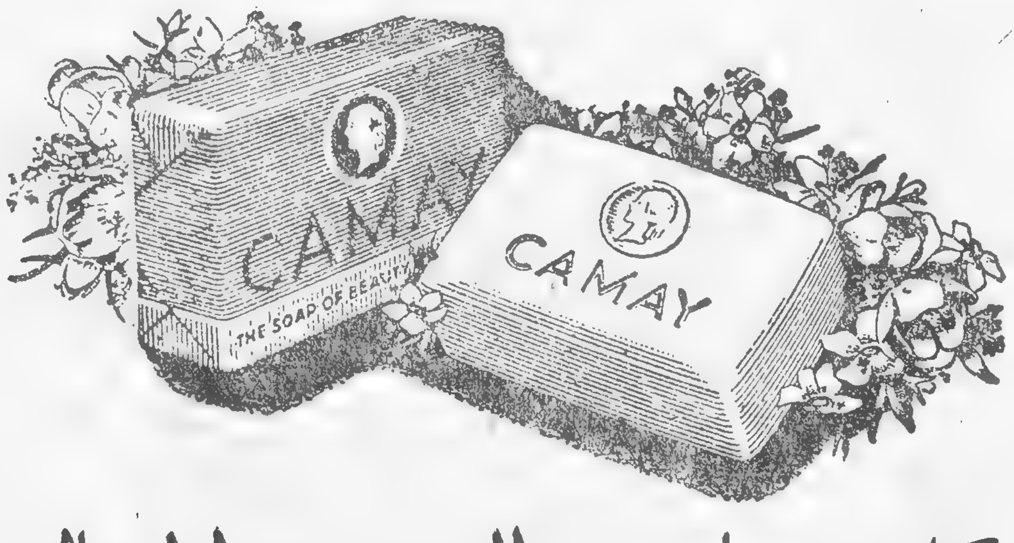
١٠ – لا تتافقي اذا الحّ عليك بعمل فطائر كالتي عملتها له والدته ، فانك تجعلينه بذلك يدفع الدخل الذي دفعه والدك ، ومن الراجح بان الرجل يريد زوجه ان تكون صورة لوالدته ، ولا يقل عن هذه النظرية سعي المرأة المستديم لسبك زوجها في قالب والدها ، حتى ولو حسب ذلك تطرفاً مستحيلاً : ومن المفهوم بان المرأة والرجل يسعيان لتهييج الواحد منهما للآخر بشتى الانفعالات النفسية ، وحتى اذا نجح الاثنان فانه لا يرضيهما ذلك جدياً ومما يرثى له ان ثقافتنا لا تهيىء زواجاً على سبيل التجربة بين والد العروس ووالدة العريس، فتفضّ هذه المشاكل التي ليست سوى مضيعة للوقت .

١١ – تذكري ان الزواج لعبة ، واذا لم يكن كذلك لما تمّ انتشاره ، فان المشتركين بهذه اللعبة يزيد عددهم في كل يوم على عدد لاعبي كرة القدم والتنس والبعض يظن بانها لعبة شائعة بين النساء اكثر من الرجال ، انما الاحصاء يخالف هذا الظن ، فانه لم تمض حتى الآن سنة فاق عدد زواج النساء فيها على الرجال .

سر الجمال صفاء البشرة ونعومتها

كامي

الصابون الذي يضمن لك ذلك



كامي صابون السحر والجمال

التوجيه في التربية الحديثة

فايزة معلوف انتيبا

ينشأ المجتمع الانساني وتبرز حيويته وتستمر فاعليته بواسطة التربية – التربية التي هي تسيير للفرد وتكييف لتصرفاته وتدريب منسق لامكانيـاته المادية والروحية تؤهله من احتـلال مكانته كعضو عامل فعال في مجتمعه .

وهدف التربية اعـداد الفرد بتمام مؤهلاته للاشتراك الفعلي في حياة مجتمعه اشتراكا اصيلاً يفرض عليه التيقظ الدائم الى مطالب المجتمع العليا والاندفاع نحو العمل المستمر في سبيل بلوغ تلك المطالب. وواجبهـا تنسيق العلم ونشره وتحرير العقول وانماء القوى الخلاقة البناءة من اجل حفظ الحضارات الانسانية ودفعها نحو التقدم والرقي .

فكلما تقدمت الحضارات وتعقدت حياة المجتمعات كلما برزت اهمية التربية وعظمت مسؤوليتها . ذلك لأن التربية يجب ان تكون عملية اجتماعية وثيقة الارتباط بمجرى الحياة حولهـا كما يجب ان تحافظ على تراث الماضي وتتجه نحو اماني المستقبل .

والاماني التي تتجه نحوها التربيـة الحديثة هي وليدة احتياجات الاحداث ومطالب المجتمع تلك الاحتياجات التي تكوّن حقوق الجيل الناشيء من مجتمعه وتتلخص بالنقاط التالية :

اولاً – كل ولد يحتـاج الى بيت سعيد مبني على المحبـة والتفاهم يغمره بالعطف والحنان ويتعهد نفقاته المالية – بيت يشعر الولد ضمنـه بثقة والديه به واحترامهم له فيثق هو بنفسه ويحترمها.

ثانياً – كل ولد يحتاج الى جسد قوي سليم يكون به ضمانة لقواه المادية والعقلية والروحية .

ثالثاً – كل ولد يحتاج الى امكانيات وافرة تمكنه من اعداد نفسه الى عمل مثمر في مجتمعه .

رابعاً – كل ولد يحتاج الى محيط ثقافي يمده بالكتب والصور والموسيقى ويقرب منه رفاقاً يتعرف اليهم ويصادقهم.

فهذه الاحتياجات على المجتمـع ان يقدمها اذا شاء ان يقوم بواجبه نحو الجيل الناشيء فيه الذي هو استمرار وجوده على الارض . وكلهـا اساسي له قيمته الفعالة في تكوين شخصية الفرد وتدريبها على حياة خيرة مثمرة تكفل استمرار نمو النفس الانسانية .

اما مطالب المجتمع فهي كناية عن واجبات الجيل الناشيء نحو مجتمعه وهي تفرض على كل عضو من اعضائه :

اولاً – ان يحافظ على صحته العقلية والجسدية والروحية وذلك بمراعاة قوانين الصحة الخاصة والعامة كي يتمكـن من ان يكون عضواً مثمراً في عائلته وفي مجتمعه .

ثانياً – ان يقوم بعمل منتج فيه خدمة لمجتمعه يسد به حاجاته الماليـة ويكون فيه ضمانة لاستمرار نموه العقلي والجسدي .

ثالثاً – ان يقوم بواجبه كمواطن حقيقي يعرف واجباته وحقوقه .

رابعاً – ان يبني له شخصية قويمة تدعمها اخلاق متينة تكفل الحياة المثالية الفضلى فالتربية الحديثـة التي هي وليدة اختبارات الاجيـال الغابرة والتجارب العلميـة المعاصرة قد وضعت لنا الخطط والاتجاهات التي لا بد من اخذها بعين الاعتبار اذا ابتغينا تحقيق هدف التربية الاساسي .

ان اول ما يستدعي انتباه المربين هو ايجاد شعور ارتياح وطمأنينة عند التلامذة يكفل نموهم النفسي الذي به ضمانة لكمال النمو العقلي . ذلك لان محور الاهـتمام في التربية الحديثة هو الطالب نفسه بما فيه من قوى جسدية وعقلية وروحية لا المـادة التي يتوجب على ذلك الطالب حفظهـا . اذ ان المادة اصبحت اليوم في عرف التربيـة وسيلة فقط لا غاية .

لذا نجد ان المربين المدربين يهتمون في الدرجة الاولى لتأمين جو تربوي خال من القسوة والضغط تسوده الطمأنينة والارتياح وفي التالي يقتربون من قلوب التلامذة ويكشفون بلطف ومهارة عن المخاوف التي تراودهم ويبددونها . ان ما يدعو للقلق والخوف عند معظم الطلاب كثرة الواجبات وتعقدهـا بحيث لا يتمكن الطالب من القيام بها في الوقت المعين لذا تبدأ التربية الحديثة مع الطالب من حيث هو. مهما كانت امكانياته المادية والعقلية – وتعمل معه خطوة تلو الخطوة الى ان تصل به الى الدرجة المطلوبة دون ضغط او استعجال. فينمو الولد تدريجياً حسب طاقته دون ان يشعر في اي وقت من الاوقات ان هنالك اعمالاً مطلوبة منه ليس بامكانه القيام بها . ان اسلوباً كهذا يبدد من نفس الطالب كل خوف او قلق ويضمن له الارتياح والطمأنينة .

وكثيراً ما نتبع اساليب تربوية تبعث الخوف في انفس التلامـذة وتولد في قلوبهم كرهاً للدرس وللمدرسين

وتكون عاملاً اساسياً في تأخر نموهم او بطلانه . ومن تلك الاساليب القصاصات المتوالية والتأنيب والتهديد والانتقاد وما شاكل لذا وجب على المربين ان يحللوا الاساليب التي يتبعونها على ضوء هذا الاتجاه التربوي الذي يشدد على اهمية احترام الولد والاخذ بارائه ووضع الثقة فيه وتشجيعه على التفكير المستقل والتعبير عن افكاره كي تأتي بالنتيجة المطلوبة . كما عليهم ان يجيبوا مطاليب التلامذة ويسدوا احتياجاتهم . وفي هذا الجو الصافي الهادىء تتعهد التربية ابراز ميول الطلاب ومواهبهم وانماءها وفق النظريات العلمية والفلسفية الحديثة. فتعد لذلك مناهج ثقافية متنوعة كي تتمكن كل منطقة من مناطق البلاد المختلفة ان تنتخب المنهاج الذي يسد حاجة قاطنيها ويأتي مطابقاً لميولهم ورغائبهم . لانها اذ تأخذ على عاتقها مهمة اعداد كل فرد من افراد الامة بتمام مؤهلاته للاشتراك الفعلي في حياة مجتمعه تحمل نفسها مسؤولية اعداد برامج متنوعة بتنوع امكانيات الافراد ورغائبهم كي تتمكن من اتمام الهدف المنشود .

لقد اظهرت لنا الاختبارات العلمية ان هنالك تبايناً بارزاً في الامكانيات العقلية والمادية وفي المواهب والميول عند مختلف الافراد في المجتمع الواحد لا بل في العائلة الواحدة لذا فالتربية الحديثة لا تراعي فقط في وضع برامجها مؤهلات المنطقة المادية واحتياجاتها الاساسية بل تراعي ايضاً الفروقات الموروثة ام المكتسبة في المواهب والميول عند مختلف الطلاب وفي الامكانيات العقلية والمادية عند كل منهم وتحاول ان تعد كل طالب مهما كانت قواه العقلية الى حياة مثمرة في مجتمعه . وتعير التربية الحديثة اهتماماً للعامل النفساني ـ البسيكولوجي الذي يصور

زاوية الطفل

النظافة والطفل

النظافة ... وما أغربها من كلمة تقترن مع الطفل ! وهل لمثله ان يقيم لها وزناً وحياته مقتصرة على اللعب بالماء والاخشاب والاقلام الملونة وما شاكل ؟ عفوكِ سيدتي ، ليس القصد من هذا عذر طفلك لرسمه على جدران بيتك ، بل التخفيف من وطأة غضبك لرؤيته ملطخاً ثيابه . فله حقوق وعليه واجبات ...

قلما ينهي طفل لعبه في الحديقة ويدخل البيت الا وتنهال عليه أمه موبخة إياه على قذارته ، مضيعة عليه في ذاك لذة اللعب . فانى له الجمع بين لهوه ونظافة ثيابه ؟ وهو اذا حاول يضيع شعوره بالطمأنينة والراحة . فتحاشياً لسلب راحة طفلك سيدتي ما رأيك بإلباسه ثياباً قابلة للغسل والكي المتواصل ، حتى اذا ما تلطخت تحملت تلطيخها بصبر جميل ؟

يتخذ الطفل عادة الراحة الحاصلة من لبس الثوب كقياس لجودته او عدمها ، اذ لا فرق عنده بين أحسن نوع من القماش واعطله، بين اكثر الموديلات تعقيداً وبين أبسطها ، طالما يوفر له الراحة من لبسه. وعلى سبيل المثال اسمعي سيدتي ما قاله طفل لامه في هذا الصدد ، ألبسته مرة ثياباً جديدة وأخذت تنهيه عن اللعب خشية تلطيخها . قال لها بسذاجة الطفولة المعهودة « خذي ثوبك الجديد واعطني الرث القديم » . فهل أوضح من هذه العبارة للدلالة على ان الطفل يود ارتداء ثوب يرتاح به ؟ ولو كان لكل طفل ان يقول كلمته في هذا الموضوع لقال الشيء عينه .

ان الاكثرية الساحقة من الاطفال تحتاج الى الاستحمام يومياً بمؤازرة البالغين لأن معظمهم يفهم الاستحمام كتبليل بالماء وحسب، لذا يترتب على كل أم مراقبة طفلها اثناء غسله ريثما يبرهن عن مقدرة لتحمل مسؤوليته بمفرده .

من المنطقي ان يلطخ الطفل ثيابه ، فلا تنتظري منه سيدتي المستحيل ، ولا يغربن عن بالك انه ليس ممن يجنحون بطبيعتهم الى النظافة ، فاذا ما برهن عن رغبة في غسله من تلقاء نفسه ، فما ذلك الا لثورة أهاجها في نفسه حثك الدائم له.

عائده شاكر صعب

للطلاب ان التعليم العملي والتكني هو ادنى رتبة من التعليم الذي يدعونه « تعليما عقلياً » فيتهافت الطلاب على اختيار المواضيع العقلية بدلاً من المواضيع المهنية العملية ضاربين عرض الحائط بمستقبل البلاد الصناعي والزراعي وغافلين عن مستقبلهم هم ايضاً كافراد مدربين على مهن تكفل لهم حياة رخاء وانتاج . فهي تتألم كثيراً لهذا الوضع السائد في بلادنا وتحاول ان تخلق اتجاهات جديدة وعقليات متفتحة لمصلحة الامة واحتياجاتها وتهتم بتهذيب النشء والاهلين معاً على احترام المهنة العملية والاعتراف لها بمكانة مرموقة توازي مكانة المهن الاخرى في نظرهم .

ثم تقدم مدارس تكنية ودروس عملية في حقول الزراعة والصناعة والتجارة كما تهيء مختبرات علمية تساعد على التنقيب عن ثروة البلاد الاولية واستثمارها وتحويلها الى منتوجات للاستهلاك والتصوير . وبتعبير آخر تتعهد التربية بواسطة المدارس والمؤسسات العلمية الاخرى اعداد النش للاستفادة من ثروة بلاده وتدريبه على انشاء مشاريع اقتصادية عمرانية ترفع مستوى البلاد الاجتماعي والاقتصادي والثقافي .

واخيراً لا بد من التعاون الوثيق بين الوالدين والمعلمين اذ ان لكل فئة منهم اثرها الفعال في ميادين التربية لذلك وجب عليهم ان يوحدوا جهودهم ويقدموا معاً على تدريب النش وتوجيهه للانطلاق نحو حياة اجمل واسمى وانبل واعز .

هيا بنا اذا نخلع الاساليب الصارمة الجافة التي من شأنها خلق جو تربوي رهيب يخنق امكانيات الولد واستعداده الطبيعي للحركة والنمو ولنستبدلها باساليب تجددية مدروسة تراعي شعور الولد وتخلق منه مواطناً واعياً يحترم نفسه ويحترمه الاخرون . وليكن الولد في جميع مهماتنا التربوية نقطة الارتكاز وموضع الاهتمام .

من كلام الصغار

كانت طفلتي ، ترنو الى السماء ، وتحدق في سحر الطبيعة ، فسالتها : « بم تفكرين ؟ » . بعد برهة اجابت : « لا شك ان السماء رائعة الجمال ، والا ، لما كان قفاها بهذه الدرجة من الحسن !!

بين اليأس والرجاء

هبة الوادي

روعتها ، شلت يدي !

أخفتها .. أفزعتها .. لونت عالمها بالغيوم السوداء ..

قلت لها يا أختي ، أيتها الفتية الرافلة باللهو الحلو في انطلاق وسيم ، أتأمنين الغد ؟ أتنامين على أحلام الرؤى الملفقة بازهى وشاح ؟ أتركنين هانئة في دنيا ازدهاء وصفاء؟ ويوعنا قد أظلم بفقد أمنا ، تلك التي كانت تدرأ عنا أشباح الخوف والوحدة ، فتضمنا بوحي امومتها ، إلى عوالم خفية يرتع فيها الأمن والهناء ، وتلك التي كانت تذرف الدموع إن مرضنا وتعيش على الشوق ان غبنا ، وتهتز ضلوعها بالغبطة إن نجحنا ، وتبسم جوارحها بالضياء إن هنئنا ، وهي اليوم في قبرها .. وحيدة .. ساكنة .. راقدة. ونحن هنا وحدنا غريبات ترتعش قلوبنا باللوعة ، وتمشي في نفوسنا أجنحة اليأس، فهل تقوين يا ذات الجناح الكسير إن تحلقي في أجواء النسور ، وترتفعي في سماء الكواسر فلا يأخذ منك خوف ؟ ولا يسعى لروحك يأس ؟

وغدنا يا أخت عمري ، ألا تخافين غدنا ؟

ونحن هنا في ميعة صبانا ، تتكسر قلوبنا على القبر الرهيف ، الذي ضم في ثناياه أثمن ما وهب الوجود ، ونزعه الموت نزعاً .

أتأمنين الغد ؟ وليس لنا في الحياة سوى أب ملتاع ، يخفي عميق أناته ، ويداري بسماتنا الشاحبة ، بكلماته المترعة حباً ، وإشاراته المملوءه عطفاً ، فيحز ألمه في قلوبنا فوق ألمنا ، وتبكي أرواحنا لحزنه فوق حزننا ، وننظر ملهوفات إلى لمحاته الأليمة ، نفتش فيها عن لمحات أمنا ، وعن معانيها الحبيبة الضائعة ..

أتأمنين الغد ؟ وليس لنا من يدرأ شر الناس ، ولا أنانية أهوائهم عن نفوسنا المغذبة ، فقد مضت إلى أبديتها تلك التي كانت تقارب بين الناس وبيننا وتساوي بين مراميهم ومرامينا ، وتشرح لنا سبل حياتنا في ظلال واديهم ، فلا نركن إلى وجل ، ولا ننزع الى يأس ...

ورفعت اختي وجهها ، فهالني الخوف ازدحم في عيونها ، وتدافع الى وجنتيها ، وجنت روحي التي اخافتها داخل ضلوعي ، واحسست بقلبي يتكسر على تعذيب اليتيمة الفتية ، فنهضت أعانقها ، وأذيب ما انبثق من آلامي في ألمها ..

وقلت لها يا اختي ، ايتها السادرة في عالم صباك بحزن كثيف ؟ ألا تشرق نفسك بالامل ؟ ذاك الذي صاغته يد الرب بأزهى خلق ، فهو اثيل الشعاع الملون ، وند الياسمين بهجة ولونا ؟

أتخافين الغد ؟ وللامل منهل حي ترتوي منه حياتنا في كل حين ، وتسعد به احلام فتوتنا مهما لج بنا العمر ، او قست علينا الحياة !

أتخافين الغد ، أم يروعك الموت ؟

وهذا العالم الفسيح لا تبنيه الامخالب الفناء ، ولا تريد رفعته غير انياب الموت .. ونحن نمشي في دنيانا ، على اشلاء الاجيال ، لنبني صرح الخلود للنفوس المطلة على شرفة الحياة ، مثلما تشارك امنا في نزع اشلائها الحبيبة لذرات التراب التي تمتصها الزهور والورود ، لتنحدر الى عيون الشعاع بريقاً ملوناً ، وصفاءاً عجيباً .

أيخيفك الموت ؟ وفي قلوبنا الانسانية قسوة النسيان ؟

وهاك القبور امامنا ، فسائليها كم من العيون اليوم تبكيها ؟ وكم من القلوب المنهلعة تناديها ؟ ثم سائلي الزمن غداً عنها ؟ فهل غيره يبرىء سقمها ، ويجفف غزارتها . ويضحك منا ومنها . !

لمحات حول تدريب الاخصائيين للشؤون الاجتماعية

رفعت هباب " عمان "

الاستاذ **رفعت هباب** متخصص في الشؤون الاجتماعية وله في هذا المقال آراء وجيهة اكتسبها من خبرته الطويلة في المناصب الهامة ، لعل من الخير اعارتها بعض الاهتمام .

خلال العشر سنوات الماضية ، التحق عدد من الطلبة الشرقيين من مختلف بلدان الشرق الاوسط بمدارس وجامعات انكلترا حيث كانوا يتلقون العلوم الاجتماعية كدراسة رئيسية . وحيث طبق عليهم منهاج خاص وضع للطلاب الذي يريدون القيام باعمال اجتماعية بما يتناسب ومتطلبات الخدمة الاجتماعية في الشرق .

١ – نوع التدريب

ان الغرض من ايفاد معظم هؤلاء الاشخاص في بعثات للتخصص في النواحي الاجتماعية هو ان يعودوا ليتسلموا وظائف هامة في بلادهم . وكان من الضروري والحالة هذه ان يتوفر لهؤلاء الشباب والشابات الالمام الكافي بالمشاكل الاجتماعية والاقتصادية ، وليس مجرد التدريب العادي الذي يتعلق بالخدمات الاجتماعية .

٢ – التخصص في التدريب

تحدد كل بلد نوع العمل الذي يترتب على كل طالب من هؤلاء الطلاب التخصص فيه . فمثلا كانت حكومة فلسطين تحدد نوع العمل لكل طالب – كمراقب سلوك ، واخصائيين في اصلاحيات الاحداث ، ومأموري عمل .. الخ . وهذا مما ادى الى ادخال الطمأنينة الى نفوس الطلاب . واما في البلاد الاخرى حيث لا تزال الخدمات الاجتماعية في اطوارها البدائية ، فان طلاب هذه البلدان ، يجدون انفسهم في قلق دائم حينما يرون ان المنهاج الذي يتحتم عليهم اتمامه متسع جداً .

ان غالبية الطلاب الشرقيين عندما ينهون دراساتهم يستخدمون في المناطق الحضرية ، وقليل منهم من يستخدم في المناطق الريفية، ولهذا فان مجال التخصص في العمل اقل بكثير مما هو عليه في البلدان الراقية .

٣ – قيمة التدريب الخاص للطلاب الشرقيين

هنالك مضار جلية في فصل الطلاب الشرقيين ، لان الطلاب انفسهم يتشككون في بادىء الامر في كل محاولة لفصلهم ومعاملتهم معاملة خاصة ، وخصوصاً هؤلاء الذين يأتون من بلاد متقدمة اجتماعياً . ولكن لما كان هنالك منهاج واسع يمكن اتمامه في وقت قصير، فان الفائدة التي تعود من تطبيق هذه الطريقة تفوق المضار التي تنتج عنها .

ان دراسة شؤون الشرق الادنى الاجتماعية والاقتصادية هي من اهم مظاهر الدراسات في هذه النواحي ولذا فانه من الصعب الالمام بمثل هذه الدراسات دون فصلها .

كذلك فانه من الضروري اعطاء الطلاب دروساً اضافية خلال السنة الاولى والاستماع الى المحاضرات ، كما ان عليهم ان يشتغلوا بجد ونشاط زائدين ليتمكنوا من اللحاق بالطلاب الاكثر نضوجا ووعياً وسناً .

ان الطلاب الشرقيين يشاركون الطلاب العاديين الاستماع الى المحاضرات العامة في الشؤون والخدمات الاجتماعية وتطورها ، ونمو الصناعة والزراعة ، وتاريخ التشريع الاجتماعي ، والمبادىء الاولية في الاقتصاد وعلم النفس . كما يستمعون الى محاضرات اكثر تخصيصاً في نواحي العمل الذي يرغبون فيه كتوجيه الاحداث ، وقيادة الشبان ، وادارة العمل . وهنالك ايضاً دراسة مستمرة في علم الاجتماع المقارن ، تدرس فيها مقارنة الثقافة الاوروبية والشرقية في هذا الموضوع .

ان حلقة الاوضاع الاجتماعية في اي

بلد من البلدان العربية الكبيرة لهي اعظم من مثيلاتها في اي من البلدان الاوروبية وان التفاوت في المستوى الثقافي هو في الشرق اكبر مما هو عليه في الغرب . ويجهل معظم الطلاب الشرقيين من ابناء المدن الكبيرة الكثير من شؤون المناطق الريفية . وفي الحقيقة لا توجد المادة المتناسبة في الشؤون الاجتماعية والسياسية والاقتصادية لمعظم الشعوب الشرقية بما يمكن معه وضع برنامج تعليمي مناسب .

ويوجد كذلك صعوبة اخرى هي ان غالبية الطلاب الشرقيين لا يوجد لديهم الدافع القوي لدراسة شؤون بلادهم والمقارنة بين ثقافتهم وثقافة البلاد الاكثر غنى وقوة وتجهيزاً وعلماً كثيراً ما تكون ممضة ومدعاة للاستياء . والواجب على المدرس في مثل هذه الحالة اكثر من ان يتقبل الطلاب دروسه وافكاره فعليه ان يغير اتجاه التفكير العاطفي والفكري في الطالب ، وان يحملهم على الادراك بان العلوم التي تقدم لهم ليست مجرد ثقافة حول بلاد ظروفها صعبة بل لها مساس بالمسائل الاقتصادية والاجتماعية التي ستجابههم عند رجوعهم الى اوطانهم .

اننا نعلم ان الاقطار الشرقية هي ميدان واسع للمشاكل الدينية والطائفية ويجب معالجة هذه المشاكل بشجاعة عن طريق تخصيص محاضرات لهذا الغرض ، وتوجيه الطلاب التوجيه المناسب للتغلب على مثل هذه الظواهر حتى يكونوا قد خدموا حقاً في الميدان الاجتماعي .

٤ – القسم العملي

على الطلاب الشرقيين ان يقوموا بزيارات الى المدارس والعيادات والمستشفيات الخ ... وان يصرفوا بضعة اشهر خلال اجازاتهم يمارسون فيها الناحية العملية من الدراسة ، اما بالسكن في قرية نموذجية ، او الالتحاق بمؤسسة اجتماعية ، او مكتب مراقب سلوك .

وقد دلت التجارب على ان الطلاب الشرقيين يجب ان يصرفوا وقتاً اكثر من الوقت الذي يصرفه ابناء الدول المتقدمة اجتماعياً ، لأنهم لا يجهلون المؤسسات فحسب ، بل يجهلون ايضاً كيف يعيش هؤلاء الناس . والناحية العملية في الدراسة تتطلب ، خاصة من هؤلاء الشرقيين مواهب خاصة ، واتساعاً وفهماً للمبادىء الاساسية والخبرة .

٥ – نحو النجاح

يتوقف نجاح المتخرجين كلياً على الاحوال الراهنة في بلادهم عدا المستوى العلمي والاتجاهات الاجتماعية التي اكتسبوها في الخارج . وان عليهم ان يعدلوا الاوضاع في بلادهم عند عودتهم انهم مندفعون وراء فكرة احداث اعمال جديدة ، ويصعب على بعضهم ان يواجه الفشل والتأخير الذي لا مناص منه حيث لم تنظم الخدمات الاجتماعية التنظيم الكامل . وتتحرج الحالة حينما يجد هؤلاء المتخرجون انفسهم اكثر تخصصاً من رؤسائهم . كما انه من الممكن ان يكونوا موضع اعجاب وتقدير لدى رفقائهم وموضع خيفة وتوجس من قبل رؤسائهم . وفي جميع الاحوال فان العاملين في حقل الشؤون الاجتماعية المستجدين في اشد الحاجة الى العطف والارشاد خلال الاشهر الاولى من بدئهم العمل حتى يتحقق نجاحهم .

ان نجاح هؤلاء الطلاب يعتمد ايضا على تنظيم الادارة والخدمات الاجتماعية في كل بلد . فحيث نجد ان الرؤساء هم من الاشخاص المتخصصين المتدربين في هذا المضمار فان باستطاعتهم ان يرشدوا اولئك الطلاب .

كثيراً ما نجد ان العمل في البلاد الشرقية ، وخاصة في الدول العربية ، اكثر صعوبة منه في البلاد الاخرى لان العمل في تلك البلاد يستلزم احداث مشاريع جديدة وليس ادارة مشاريع موجودة فعلاً ، ولهذا فانه من المحتمل ان ينظر الى العامل في الحقل الاجتماعي كشخص يجب ان يكون ملماً بكل شيء ، وليس اخصائياً . ولا ينتظر ان يتمكن الشخص العربي ان يتحمل المسؤولية الكاملة في مثل هذه الظروف ، ويظهر انه من غير المعقول ان يتحمل الطالب العربي مثل هذه المسؤولية ، واذا لم يتوفر المشرفون المدربون المناسبون ، فمن المتوقع ان يجد هؤلاء الطلاب انفسهم غير اكفاء لاشغال منصب مراقب السلوك او مدير مدرسة الخ ... او ان مؤهلاتهم اعلى من ان يشغلوا الوظائف الكتابية البحتة .

الستائر الزرق

(بقية المنشور على الصفحة ٢٣)

ولما حان موعد الغداء عدت الى البيت وترددت كثيراً قبل ان أدخله وتساءلت ترى ماذا تعمل هي الآن ؟ هل لا تزال سادرة في مكانها أم ذهبت الى اهلها ؟ وأدرت المفتاح في الباب ثم دخلت كاللص ، فاذا البيت على أحسن ترتيب ، الازهار نضرة منسقة في آنيتها وكل شيء يلمع : الارض ، الجدران ، زجاج النوافذ ، المرايا . يا لها من جنّية كيف استطاعت ان تنجز كل ذلك وليس لدينا خادم وهي على ما هي عليه من الحزن والقلق والاضطراب ؟ ماذا ترمي يا ترى من وراء هذا كله ؟ أمن اجل ان تثبت لغريمتها انها سيدة بيت من الطراز الاول ؟ وبهت عندما رأيت حقيبتين كبيرتين في المدخل ثم برزت هي امامي وقد ارتدت البستها الكاملة ، كانت لا تزال شاحبة الوجه مكدودة العينين ، وارتج على امامها ثم قالت بصوت خفيض دون ان تنظر الي : هل تسمح فتوصلني بسيارتك الى بيت اهلي؟ فأجبت بصوت واجف : كما تريدين ثم نظرت الى الحقيبتين ونظرت الي وقالت : اتحملهما انت ام احملهما انا ؟ قلت متلعثماً ، بل احملهما انا . وحملت الحقيبتين الثقيلتين ووضعتهما في صندوق السيارة وأنا اقول في نفسي : يا الهي ، أبهذا اليسر يتم كل شيء بيننا ؟

ثم أطبقت باب البيت بتوءدة وشملته جميعه بنظرة كأنها تودعه الوداع الاخير ثم سارت منكسة الرأس حتى السيارة ، وفتحت بابها وجلست في المقعد الخلفي على غير عادتها . وهممت ان أدعوها الى جانبي ولكن لا أليست دعوتي اياها هي السخف بعينه .

وأدرت مقود السيارة ويداي تضطربان فاذا هي تهتف بي قائلة ، قف قف بربك ، لقد نسيت ، نسيت ان اغلق نوافذ غرفة الاستقبال والشمس ستتلف الستائر الزرق . فاوقفت السيارة وعادت هي لتغلق النوافذ واسندت رأسي المتعب الى المقود وأغمضت عيني وأخذت اقول في نفسي :

يا مسكينة ، ما لك وللستائر الزرق أتلفتها الشمس ام لم تتلفها ، انت تعلمين جيداً انها لم تعد لك بل ستصبح عما قريب ملكاً لغريمة لك . وتذكرت كم جابت الاسواق عندما اشترت هذه الستائر حتى وفقت الى لونها الازرق النادر ، وكم امضت من الايام مكبة تطرز اطرافها وتخيط حواشيها . لم يدخل بيتنا احد قط الا امتدح هذه الستائر والذوق الذي اختارها ويد الصناع التي طرزتها ، أنت أم ايتها المسكينة ، انت ام هذا البيت ، انت أنشأته وانت رعيته وانت تريدينه سليما محفوظاً من الاذى كما تريد الام وليدها ولو كان في حوزة غيرها . يا لي من قاس صخري القلب ، كيف استطيع ان احرمك من هذا كله ، آه ليتك كنت تنجبين اطفالاً . ولاح في مخيلتي على الفور طيف الصبية ذات العشرين عاما وهي تتثنى وتضحك وتنظر الي بخبث وكأنها تقول : أحقاً من اجل الاطفال تتركها ام من اجلي انا ؟

ووجدتني اقفز من السيارة فأقطع الحديقة بخطوتين ثم ادفع الباب فاصطدم بها وجهاً لوجه خلف الباب ثم أمسك يدها فأسحبها الى داخل البيت وانا أقول لها : أليس من الخير يا عزيزتي ان تبقى هنا تعتني بستائرك الزرق . وفهمت مارميت اليه فتهالكت على اول مقعد رأته وانفجرت باكية . ان اعصابها القوية التي استطاعت ان تتغلب على دموع القهر ، لم تستطع التغلب على دموع الفرح .

ووجدتني اجثو على ركبتي امامها واقبل يديها ثم أمد يدي الى جيبي فأتناول الخاتم الماسي من العلبة المخملية فاضعه في اصبعها فضمت رأسي اليها وأخذت دموعها تتناثر حارة على وجهي . لقد شعرت براحة عظيمة كأن حملاً ثقيلاً أزيح عن كاهلي ، او كأني غريق قد صارع الامواج والانواء فلما انتهى الى شاطىء السلامة أركن الى الراحة . فليكن هذا سحراً يا صاحبي اني راض به مطمئن اليه لا ارضى به فكاكاً كائناً ما كان .

إلفت عمر باشا ادلبي

أي متى ؟

جورج ابو حيدر

إيه ربي أي متى تشبع نفسي
والأشي في غدي ديجور أمسي
أي متى أصبح نشواناً وتبقى
أبداً تطفحُ بالخمرة كأسي ؟

أي متى أصبح مفتوناً وأمسي
ناسياً أمواج أكفاني ورمسي
أي متى أخطر جذلاناً على . .
قبر آمالي وأحلامي ويأسي ؟

أي متى أخلص من سعدي ونحسي
تاركاً للناس ديناري وفلسي
أي متى يعلق جفني بالسما . .
فيريني وهج انواري وبأسي ؟

الاميرة مارغريت (تتمة المنشور على الصفحة ١٠)

شعرت سلفاً بقرب اجله ، والمرجح بان هذا يعزى الى تقربها منه في المدة الاخيرة ، حين كان يرتاح اليها وهي تنشد او تلعب على مسمعه مختاراتها الموسيقية او تتحدث اليه ؛ لم يكن بينهما اسرار ، فكلما قام احد يحتج على ذهابها الى حفلة او مسرح ، كان يدير اذنه الصماء ، معتقداً بانها شابة ، وستخرج من هذا الطور سريعاً ، وهذا من العوامل التي جذبتها اليه اكثر ، انما تعلقها بوالدها لم يمنعها من التقرب من والدتها ، فالاميرة التي ذاع صيتها في اقطاب الكون هي فتاة عائلة ، وبرهنت على هذه النظرية بمساندتها للملكة الارملة في حزنها ، واخذت على عاتقها امر تعزيتها وتخفيف الوطأة المثقلة كاهلها ؛ وقد اشتهر عن الاميرة التدين الذي ازداد بعد وفاة والدها ، فكانت تنسلّ كلما سنحت لها الفرصة الى كنيسة صغيرة لتؤدي فريضة الصلاة ، كما انها تركت حياة المرح والدعابة جانباً ، اما العادة التي ورثتها والدها عن الملك جورج الخامس ، وهي قراءة صفحتين من التوراة كل يوم ، فقد خلفها لها ؛ كما انها تقرأ يومياً احداث الحكم وتاريخ المملكة وهذا يساعدها في النيابة عن الملكة اوقات تغيبها .

اصبح الهدوء من صفات الاميرة المرحة ، فحركاتها تدهش من سمع عن روحها المرحة ، ولكن هذا لا يمنع ان تستقبل كل من ترغب في استقباله فترد على الابتسام ببسمة . وفي رأي العامة ان الملكة كانت تبدو مرحة في المدة الاخير ، بعكس ما عرف عنها قبل تتويجها ولعل تلك الكآبة ترجع الى عدم الثقة من سير احداثها اليومية حين كان الخطر يهدد حياة الملك بين الفينة والاخرى .

تنهض الاميرة في الساعة الثامنة والنصف ، وتتناول افطارها في غرفتها ، ثم تعمل ساعة وتعود الى مطالعة الصحف الصباحية ؛ بعد العاشرة والنصف تتوجه للسير في حدائق القصر حيث تلتقي بالامير شارل والامير آن اللذين يحبان « ماركو » حباً شديداً .

تتناول الاميرة الغداء مع والدتها ثم تصحبها في زيارة ، او تنزل الى المخازن لشراء ما هي بحاجة اليه ، اما الامسيات فتصرفها مع الملكة وبعض الاصدقاء حيث تشغل الموسيقى قسماً من وقتها ، وتشاركها في تذوق هذا الفن والدتها ، ورحلتها الى روديسيا في تموز الماضي ، ليست سوى مثال على شديد تعلقها بوالدتها ، فبعد ان كانت الوالدة قد قررت سفرها وحيدة ، اقترحت الاميرة ان تصحبها ، واستقبل سكان روديسيا هذه الزيارة بحماس وفرح لا يوصفان .

«ولادة استقلال»

في يدي الآن كتاب ولادة استقلال وهو الدراسة التي اعدها **الشيخ منير تقي الدين** مدير عام وزارة الدفاع كاطروحة لنيل رتبة استاذ في العلوم من الجامعة الاميركية . والكتاب يؤرخ فترة لا تزيد على ثلاثة عشر يوماً لعلها اهم فترة في تاريخنا المعاصر . انها مراحل الازمة التي سبقت اعلان الاستقلال .

ويطيب لي ان ادعو هذه الدراسة « نشيد الاستقلال » ولا يخفف ذلك من قيمتها العلمية ذلك ان المؤلف بالرغم من محاولته القيام بدراسة موضوعية ، كما اكد في مقدمة الكتاب ، لم يتجرد من شخصيته الحقيقية كاحد الذين اندفعوا في تلك المعركة ، كما انه لم يتجرد من عاطفته كمواطن لبناني عنى له الاستقلال اكثر من حادثة تاريخية او موضوع لدراسة علمية . لذلك جاء الكتاب قطعة من الانشاد تمثل فترة من التاريخ اللبناني تجندت فيها القوى المعنوية بكل ما في هذه الكلمة من معنى لاقتناص اول سانحة سمحت باستقلال شعب كل ما في شموخ جبله يحبب له السيادة .

والذي يعطي للكتاب قيمته العلمية توفر الاخلاص فيه وحرص الكاتب على عرض وجهة نظره عرضاً دقيقاً جاعلاً من نفسه معبراً صادقاً عن نفسية الاغلبية اللبنانية في المعركة التي ادت الى الاستقلال .

وعندما يتصدى مؤرخ بعد خمسين او مئة سنة لدراسة هذه الفترة من تاريخنا سيجد في « ولادة استقلال » مصدراً من افضل المصادر الاولية لدراسة احد وجوه تلك المرحلة فلا يبقى عليه الا وضع هذا المشهد الرائع في مكانه الصحيح من تاريخ الدبلوماسية العالمية على ضوء المستندات التي يصعب الوصول اليها الان مع الكشف عن الدوافع الصحيحة وراء الذين حاولوا وضع العصي في الدواليب وقد كانوا في ذلك على كثير من الاخلاص وان يكن من المتعذر الان تبرير الدور الذي لعبوه في معركة تبيّن فيما بعد انها كانت فاصلة في تاريخنا .

★

« على دروب الحياة »

صدر في الشهر الفائت للأستاذ **رشاد دارغوث** كتاب « على دروب الحياة » وهو مجموعة اقاصيص عددها خمس عشرة وضعها المؤلف في السنتين الاخيرتين مستمداً أهم وقائعها من بيئته وتاريخه واساطير بلاده ، مستوحياً منها جميعاً ، وناسجاً من خياله الخصب ألواناً من الصور الخلابة ، تحملك خفيفاً راضياً الى دنياها فاذا انت منساق معها ، مرتاح الى تتبع حوادثها ومرافقة المؤلف حتى النهاية ، دون ملل .. — كل ذلك في فصيح عبارة ورقة اسلوب ، قلّ ان يجاريه فيهما قصاصونا المحدثون .

وتطالعك من خلال قصص « على دروب الحياة » نفس كاتب جريء منطلق لا يتورع عن ان يتناول تقاليدنا القديمة الموروثة بالنقد والتجريح ، فيثني على الصالح منها ويهدم الباطل بمعوله الحاد .. منتهياً في أغلب الاحيان الى مثل أعلى يشير من طرف خفي الى التمسك به .

والمؤلف عريق في كتابة الاقصوصة وله منها مجموعات ثلاث : « خطيئة الشيخ » « الحاج بجبح » و « حمامة الوادي » .

★

« في سبيل تفهم الطفولة »

ويسرنا ان يكون للطفولة — الطفولة العربية — نصيب من الكتب الجديدة ، فقد ظهر مؤخراً للآنسة **عايده شاكر صعب** كتاب « في سبيل تفهم الطفولة » وهو كتيب في ستة فصول رئيسية ، تناولت فيه المؤلفة اهم الاسس في التربية الحديثة ، موجهة الى الآباء والامهات لينهجوا نهجها في علاقاتهم مع اطفالهم .

والمؤلفة الآنسة عايده صعب من خريجات كلية بيروت للبنات ، متخصصة بتربية الطفل ، وقد عرفها قراء « صوت المرأة » من خلال « زاوية الطفل » التي استمرت تغذيها بانتظام اكثر من سنة ثم جاءت وتوسعت في هذه الابحاث ووضعتها في كتاب مزدان بالصور الملائمة للمادة .

صدر كتاب « في سبيل تفهم الطفولة » عن مكتبة المشعل وهو على صغر حجمه حافل بالموضوعات التربوية الجديدة ومعالج باسلوب حديث مستوحى من حاجة الطفولة في بلادنا ، وبالتالي من افتقار المكتبة العربية لمثل هذه المواد .

فللآنسة صعب أعمق تهانينا وتشجيعنا للاستمرار في التجنّد للطفولة ...

مع الدورة الصيفية في الجامعة الاميركية

من هذه الجامعة ، بل من هـذه المدينة الواقفة مشعل نور وهداية على شاطئنا الافيح تنطلق الشرارة الاولى لحرق الجهل والخنوع !

في باحاتها الفسيحة تطالعك وجوه متباينة ، فهي تضم الطلاب من كل قطر عربي ، فيلتقون على صعيد واحـد ، للترابط والتعاهـد على حب الوطن والخير والصلاح .

في هـذه الجامعة ، عقدت الدورة التدريبية في اساليب التربية والتدريس لهذا الصيف ، وها اني انتقل بك ياقارئي الكريم ، الى الصف ، او الساحة ، الى فيئة شجرة مخضلة ، او مقعد اخضر ، لتشاهد تلك الحلقات الادبية تقوم في كل زاوية ، للمناقشة والبحث والاستطلاع .

اما اساتذة الدورة ، وجلهـم من الاخصائيين في فنون التربية والتدريس ، فيستحقون التفاتة خاصة نظراً للجهد الذي يبذلونه باخلاص ، واثقين بيوم يصل بالبلاد الى ما يريدون ، ونريد !

قادتني الخطى الى مكتب **الدكتور حبيب كوراني** ، لأخذ حديث يتعلق بالدورة التعليمية ولم يكن سهلاً عليّ الولوج الى المكتب المزدحم ، انما الصدفة اسعفتني في بلوغ مقصدي ، ومن وراء السجلات والدفاتر ، طالعني الوجه الرضيّ ولما علم المهمة الموفدة من اجلها بدا الجدّ في عينيه وراح يفيض ببحث الامور عن وعي وخبرة .

— ماهي الغاية من دورة المعلمين الصيفية ؟

— مدارسنا بحاجة الى روح التجـدد ، وهـذا يتم بالتعرف الى الثقافة الجديدة الشاملة ، والمعلم وحده يتمكن من إحيائها ولما كان المدرس مشغولاً طيلة العام الدراسي ، ارتأينا ان نجعل الدورة في الصيف ، وهذه تضم خمس فئات ، فئة بالجامعة هنا ، وفئة اخرى ، وهي الدورة الريفية ، في مدرسة صيدا الاميركية .

ان التفاهم ، بين سائر الاقطار العربية يوجد عن طريق الطفل ، الذي يتعهده المعلم ، فعلى مقاعدنا الآن معلمون من

الدكتور حبيب كوراني

سائر الاقطار العربية ، يتباحثون لتفهم المشاكل التربوية ، والعمل على تعزيز الثقافة العامة .

بسطنا هـذه الفكرة للبند الرابع ، فوافق اولي الامر عـلى تقديم بعض المساعدة ، وتقوم بالنفقات الباقية الجامعة بمساعدة بعض الدول العربية .

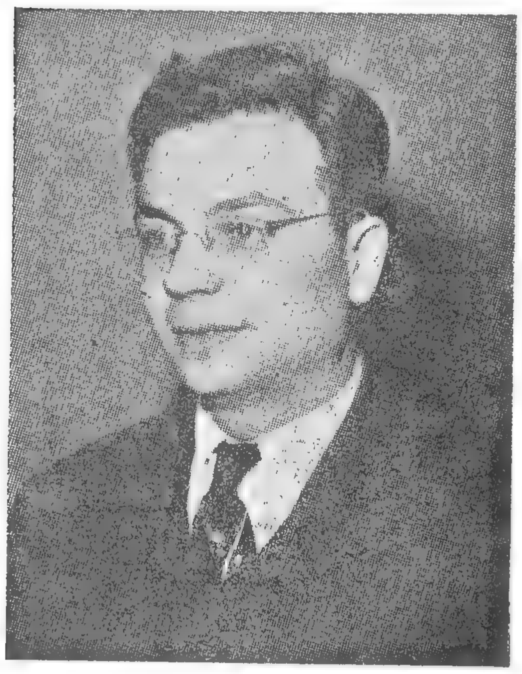
اما الحلقات الباقية ومنهـا حلقة دراسات الشرق الادنى ، التي نقصد بها إفهام الغرب ، وإطلاعه عن كثب على حضارتنا ، والبرنامج الآخر يختص بالطلبة الذين لم ينهوا مقررات دراستهم السنة الماضية ، او لا يمكنهم التعلم خـلال العام الدراسي .

★

وفي الصف ، بادرت الاستاذ **فيليب نجار** ، الاختصاصي في علم النفس والتربية بسؤالي ، فابتسم محاولاً التملص ، ولكني لم اترك له المجال ، بل وضعته تحت امر واقع بسؤالي :

— من هو المربي الناجح في رأيك ؟ وهل تقرّ بتفوق المرأة في ميدان التربية ؟

— في نظري ان المربي يقدر ان يكون كل شخص يقف حياته على توجيه غيره بطريق الاقناع وتبادل المحبة والاحترام. هو كل من يؤمن بان التربية أساس الحياة يعيشها عملياً ، فيثابر عليها مدى الحياة دون كلل او ملل ، ساعياً لتحقيق الاهـداف التي توصله الى رفع مستوى البلاد والشعب. يقيني ان ناحية الاصلاح والتوجيه والارشاد هي الاساس الاول في التربية ، وسلاح المربي الامين ، واني اؤمن بالأخذ والعطـاء وتبادل الآراء بالتربية ، وبدون هذه المقدسات ، لا يؤمل نجاحها .



الاستاذ فيليب نجار

اما المرأة ، فلكونهـا امنا ، تنفرد بهذه المنحة السماوية الجليلة ، فتتفوق على الرجل بالامومة ، مصدر الحنان والعطف ، ولا يخفى ان مهمتها التربوية اكثر مشقة من الرجل ، ولكن الواحد منها متمم للآخر ، والناحيتان التربويتان عند الرجل والمرأة ، تلتقيان على صعيد واحد .

في احد اركان بناية التدريس وقف الاستاذ احمد يتيم زميلنا ، وصاحب جريدة «القافلة» في البحرين ،يناقش فريقاً من الاساتذة ، فاغتنمت هذه الفرصة المؤاتية ، لاطرح عليه سؤالي ، وان كنت اشك بصراحة الجواب ، ولكن اول كلمة فاه بها ، اقنعتني بان الصحفي حيثما كان ، مصلح اجتماعي ، متحرر من كل قيد .

– كيف تساعد المرأة في البحرين نهضة بلادها ؟

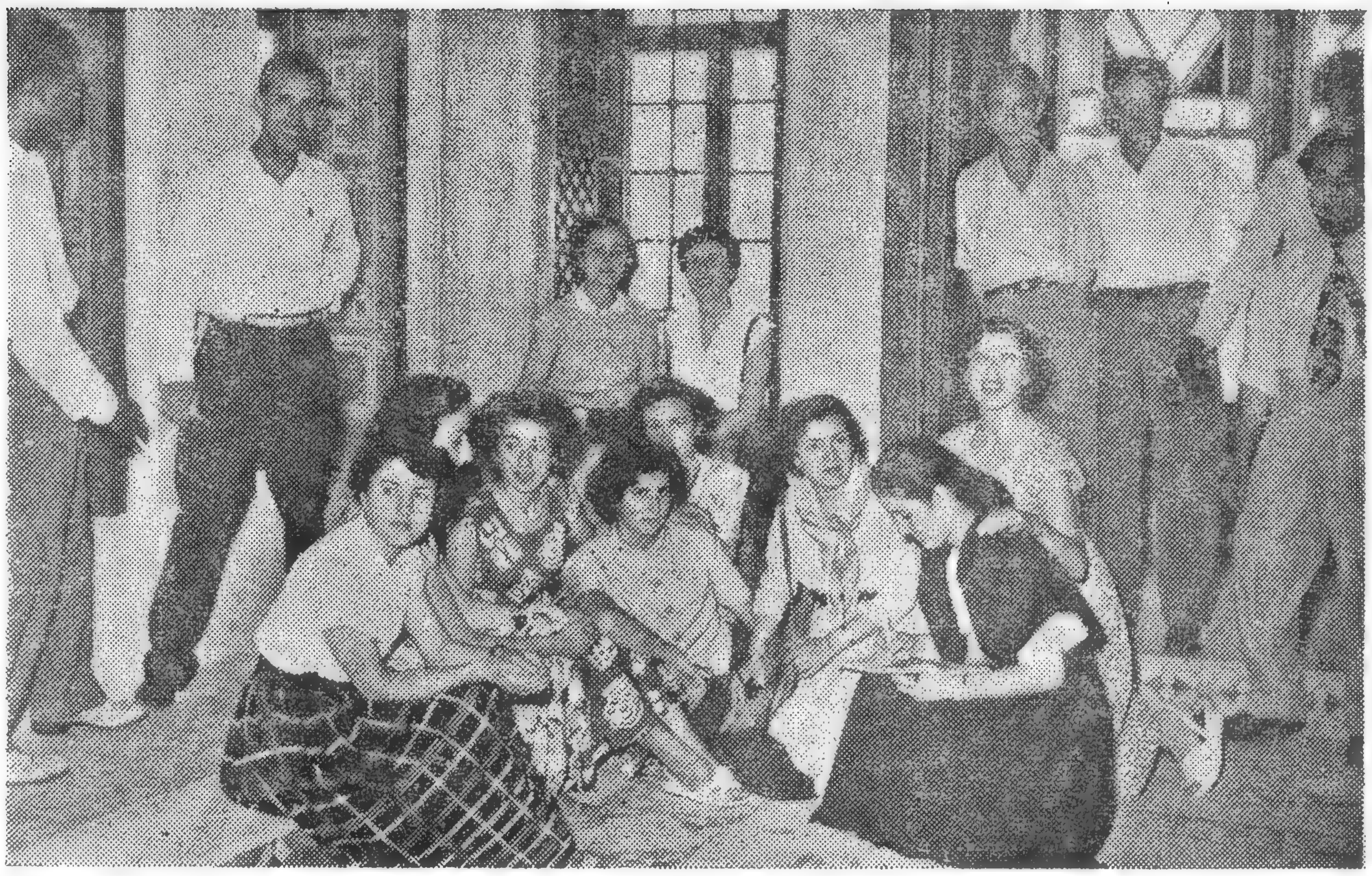
وحكّ الاستاذ جبينه ، ثم بدأ بالقاء محاضرة ، استخلصت منها ما يلي :

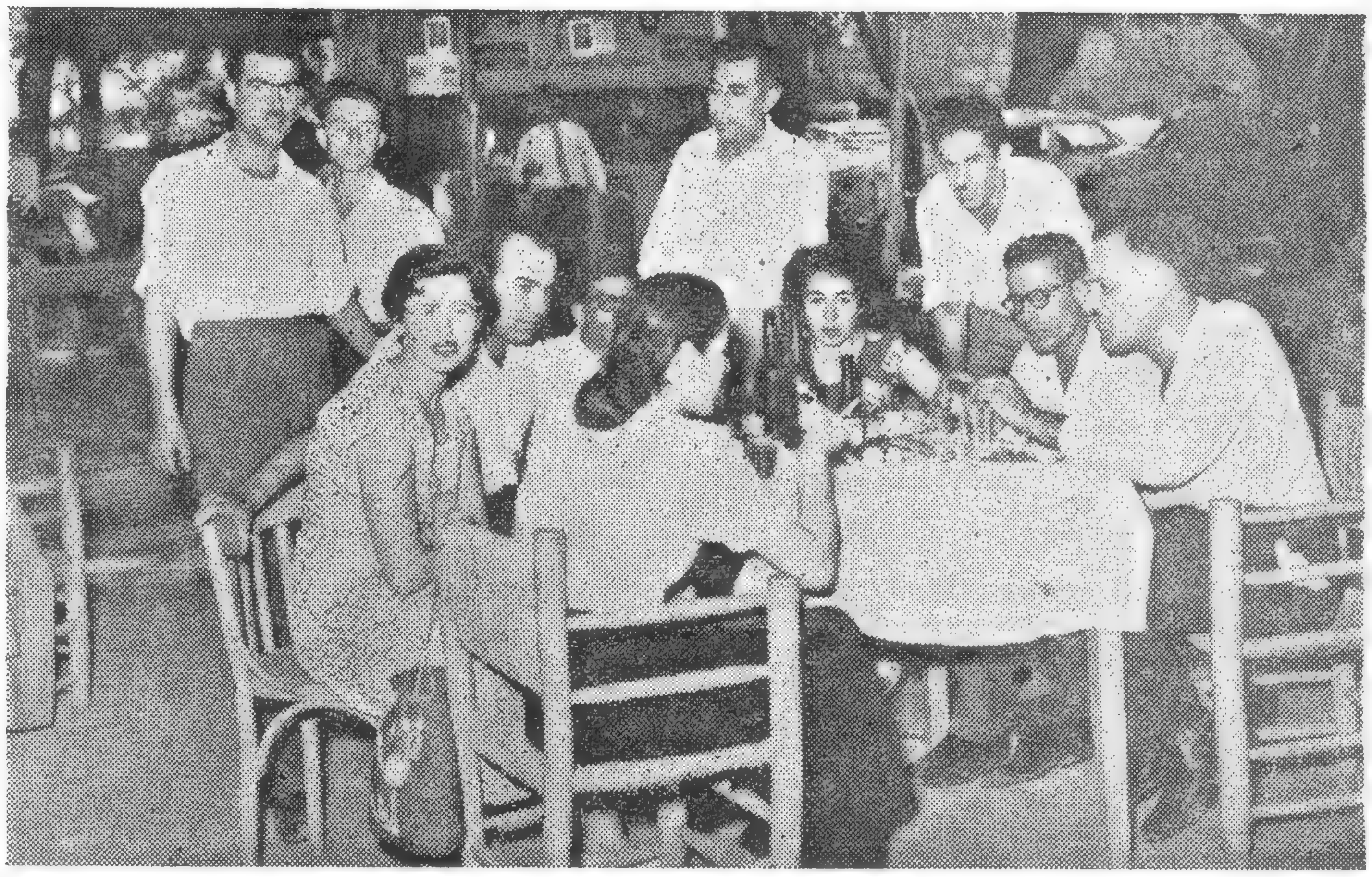
– المرأة في البحرين، اختكن العربية ، ويا ليتكن تبصرنها ، فهي مقيدة، تحاول فك أغلالها ، والاشتراك باي نشاط فلا تقدر ، لان حواجز منيعة تقف حائلاً دون غايتها ، الا اني متفائل من ازالتها بمساعدة كل من يهدف الى التحرر والانطلاق .

لقد كانت « القافلة » مؤيدة للمرأة في سائر المراحل ، فكتبت عدة مقالات تحثها على النهوض ، وتوعز الى اولياء الامر بالتنازل عن حقهم المغتصب ، ويزداد التعصب على النساء ، كلما ارتفع مقامهنّ الاجتماعي ، فالاميرات لا يتعامن او يساهمن في مشاركة بعض المشاريع العمرانية ، التي بدأت تظهر بحماس الشباب الواعي .

✶

ووجهتُ نفس السؤال الى بعض الاساتذة العراقيين والاردنيين ، الذين كانوا يجيبون بفخر ، وحماس عن النهضة في بلادهم ، ونهضة المرأة على الاخص ، فهي في العراق ، تزاحم الرجل في الجامعات والمؤسسات ، وحقول الاختصاص ، وفي شرقي الاردن لا تقل نهضتها الحالية عن سائر اخواتها العربيات ، لولا ان التقدم في الارياف يتضاءل بالنسبة للنهضة القومية في عمان .





وفطنت فجأة الى تقصيري بحق الآنسات ، وكن قد شكلن جبهة دفاعية في ظل احدى شجرات الصنوبر ، واضطررت الى طرح السؤال مثنى وثلاث قبل ان اتلقى الجواب الاول الذي بادرتني به الآنسة **ثريا ابو عسلي** ، على سؤالي :

— ما الذي دفعك للالتحاق بالدورة الصيفية ؟

— دفعتني رغبتي الملحة للاطلاع على الاساليب الحديثة في التدريس ، لألتحق بالدورة الصيفية ، هذا الى جانب تشوقي الى زيادة اختباراتي باللغات ، ونفسية الطفل وكل ما يتعلق بها من تبسيط وتعقيد .

واما الآنسة **سلوى كروم** ، فقد ارسلت الجواب وهي تحدق بي بنظرات مستقرة هادئة : اكتسبت عدة اختبارات في السنين الماضية ، في التدريس ، ولكني احس بدافع للتعرف ابداً الى بيئات جديدة ، لاكتساب معلومات لم تتوفر لي من قبل ، لاني اعتقد بان الحياة ، طالت ام قصرت هي مدرسة بحد ذاتها ، وللانسان المتامل في كل يوم درس وعظة .

اما الآنسة **فتحية شحاده من دمشق** ، فلم تدع لي المجال لسؤالها ، بل راحت تمطرني بالاسباب التي حرضتها على الالتحاق بالمدرسة الصيفية ، ومنها الاطلاع على قوانين التربية الحديثة ، ثم القيام بالرحلات العلمية المشوقة ، فهي تفتح آفاقاً جديدة لانفساح التفكير ، فنرجع الى اجيال خلت ، لنعيش مع الحضارات القديمة ، بمشاهدة آثارها القيّمة ، ثمة شيء آخر ، دفعني وهو رغبتي في النقاش وتبادل الافكار الحرة ، ثم الاحتكاك بمختلف الآراء .

ولم تقدر الآنسة **ليندا صوايا** ان تكبت آهة انفرجت عنها شفتاها ، وهي تشير الى ضهور الشوير ؛ ان العلم وحب المعرفة التي نسمع عنها في كل موعظة ؛ اجل اني اومن بالمثل القائل : « اثنان لا يشبعان .... » فاني تركت صيف الضهور واندمجت في هذه الحماة اللاهبة ، حافزي في ذلك زيادة اختباري ومعلوماتي في تدريس الاطفال ... هوايتي المحببة .

وعدت الى نفسي اسألها : وهل هناك حياة لامة ان مات تفكيرها ؟ ..

هذا الاقبال الغريب ! ..

وهذه الثقة التامة التي تتمتع بها مستحضرات :

بيجي ساج

Beggy Sage

هي ليست وليدة الصدف .. انها برهان ساطع على جودة وافضلية مستحضرات « **بيجي ساج** » للأظافر والشفاه !.

تباع في محل نوفوته عطوي — سوق الطويلة
وفي كل المحلات المهمة !

في المجتمعات

★ كانت الايام ١٢، ١٩ و٢٦ من تموز الماضي اياماً مشهوده في تاريخ لبنان فقد دعي فيها الشعب اللبناني لانتخاب ممثليه الى الندوة اللبنانية حسب القانون الانتخابي الجديد .

ونظراً لجدة هذا الاختبار في حياة المرأة اللبنانية فقد كثر التساؤل عن الموقف الذي ستقفه المرأة من هــذه التجربة الخطــيرة ، وتكهنوا لها شتى التكهنات .

لم يقتصر حمــاس واندفاع المرأة اللبنانية في الانتخابات على اقبالها على الاقتراع والاعراب عن ارادتهــا في انتخاب ممثلي امتها وانما تعداه الى اقامة المهرجانات النسائيــة والمختلطة في شتى مناطق البلاد ، لايقاظ المرأة الى كامل واجبها وتنبيهها الى ما فيه خيرهــا وصلاحها .

كيف انتخبت المرأة ؟

وبالرغم من اتخاذ الاجراءات المشددة من قبل السلطات لسير الانتخابات بعيدة عن اى نفوذ خارجي ، فان الوجوه الجديدة للندوة العتيدة قليلة جداً ومعظم العناصر القديمة استعادت مراكزها ، اما العناصر الجديدة الــتي اعتمدت الكفاءة العلمية والخلقية وحسب فلم تلاق التأييد المنتظر .

ومن بين هذه العناصر الجديدة التي يتساءل الناس عن موقفهــا العملي من الانتخابات ، المرأة اللبنانية ، فقد دلت الاحصاءات ، بان نسبة اللواتي اقترعن في هذه الدورة تختلف باختلاف المنطقة، وان الاقبال والتجاوب كان اوسع واعم حيث ترتفع نسبة المتعلمــات والعكس بالعكس ...

انتخابات البقاع

وكانت **املي فارس ابراهيم** السيدة الوحيدة التي صمدت بثبات واعلنت عزمها لخوض المعركة حتى النهاية . وقد اقامت مهرجانات ، خطب فيها طائفة من الادباء والاديبات موءيدين مرشحتهم ، غير ان الناخبين البقاعيين خذلوا السيدة املي فلم تحرز سوى ٦١٣ صوتاً .

وفي كل حال فان موقفها كان موقفاً مشرفاً لقضية المرأة اللبنانيــة ، وكان درساً رائعاً في الجرأة والثبات اللذين لم يُعرَفا عن المرأة .

في وشنطن ونيويورك

لقد غادر بيروت في تمــوز الماضي على خطوط شركة الطيران « TWA » السيدة **لورين الريحاني** والسيدة **ادليد ريشاني** بزيارة الى الولايات المتحــدة وكندا ، وذلك لحضور موءتمر الجمعيات النسوية العالمية في تحسين الريف . وقد تدوم هذه الزيارة ما يقرب الثلاثة شهور يدرسان في اثنائهــا النظريات العلمية والتطبيقية في الحقل الريفي .

فنتمنى للسيدتين اقامة سعيدة وان يرجعا الينا بوفر من العلم فيفيد لبنان من خبرتهما القيمة .

★ عقد في ١٨ تموز قران الآنسة **عفة نسيب زيدان** على السيد **كمال فايز عون** في حفل ضم الاهل والاصحاب وقد استقبلا المهنئين بدارهما في عبيه في ٢٤ ، ٢٥ و ٢٦ تموز .

للعروسين الشابين التهــاني القلبية والتمنيات العامرة بالسعادة والصحــة .

★ أقيم في عمان معرض للرسم اشترك فيه عدد من الفنانين . عرضت فيه الآنسة **فاليريا شعبان** المعلمة في مدرسة الملكة زين الشرف بعمان ، مجموعة من لوحاتها تبلغ الثلاثين نالت الاعجاب . فاز بالجائزة الاولى الرسام السيد **احسان ادلبي** . وفازت الآنسة فاليريا شعبان في الدرجة الثانية . اما اللوحة التي نالت الاعجاب من لوحات فاليريا فهي لوحة الارز كما استحسن الحكم لوحة ضهور الشوير التي رسمتها في العام الماضي اثناء زيارتها للبنان .

بالافراح والبنين

... على رنين اجراس كنيسة القديس نقولا للروم الارثوذكس، توافد المدعوون عصر الرابع من تموز الماضي لحضور حفلة قران **الآنسة منى**، كريمة الاستاذ نجيب ليان رئيس ديوان وزارة الانباء على الشاب الأديب **نقولا شمشم**.

وبدت العروس رائعة الاناقة والجمال في ثوبها الناصع تحيط بها سلال وطاقات الورود، من كل لون وعبير.

بعد ايام من العرس ورحلة العروسين الشابين في شهر العسل، أحسّ الوالد الشاعر الاستاذ نجيب ليان بوحشة مطبقة على صدره لفراقه ابنته «منى» التي علق بحبها طفلة، فتاة، وشابة، فجاءت على لسانه هذه الابيات الشعرية الرائعة :

منى، ويشكو الروض إقفاره
فلا شذى فيه ولا عندليب

غادرته مستوحشاً ظامئاً
يقول أين الزهر ؟ أين الطيوب

أهكذا نحن واكبادنا
أهكذا تعيش دنيا القلوب ؟

★

منى، وقد اسرفت في هجرنا
بدّلتنا أهلاً بإلفٍ غريب

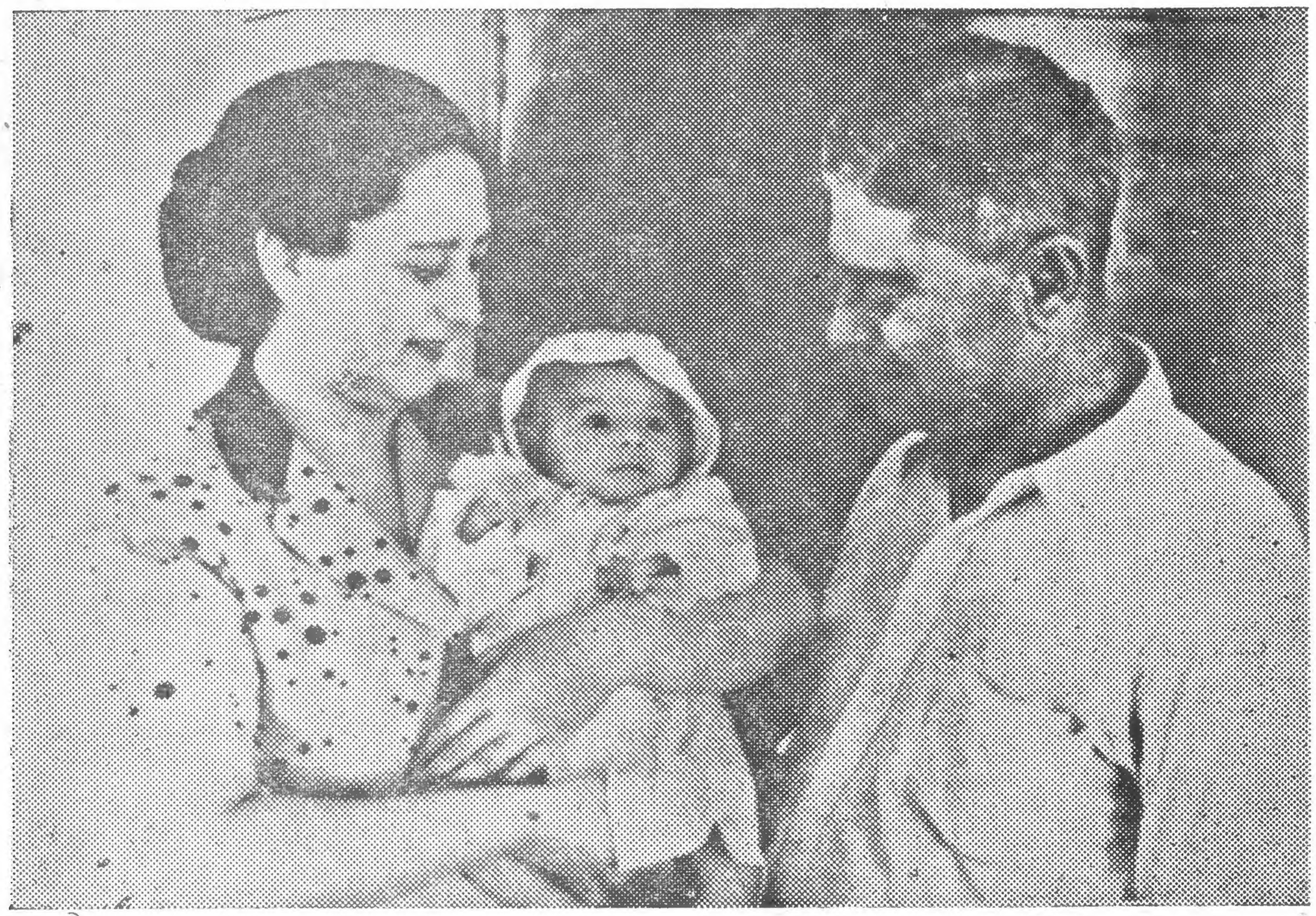
من سنّ للاحياء هذا القضا
وخطّ للأحباب هذي الدروب

فالعمر لا ام ولا والد
ولا أخ ولا حمى ... بل حبيب !

★ وضعت السيدة **جسي سركيس جريديني**، الثامن من تموز في مستشفى الدكتور مصطفى خالدي، بكرها «**زياد**» وقد غادرت المستشفى مع طفلها بتمام الصحة.

فلوالد الطفل، السيد **ميشال جريديني** ولوالدته احر تهانينا وتمنياتنا بجيش جرار من الاخوات والاخوة للصغير «زياد» !

★ رزق الزميل الاستاذ **محمد شقير** وقرينته الفاضلة السيدة **كلادس** اختاً لولديهما علية وعلي، اسمياها «**لمياء**» وقد تمت الولادة في مستشفى الدكتور جورج حنا. فللأبوين السعيدين تهاني اسرة صوت المرأة وتمنياتها للصغيرة «لمياء» واخويها بالصحة والعمر الطويل ...



★ رزق المواطن المغترب الكريم السيد **عزيز حج**، من نازلي دو الا - الكمرون طفلة أسماها «**لمياء**» وذلك بعد مرور خمسة عشر عاماً من زواجه. وكان لهذا الحدث اعمق الصدى في الاوساط اللبنانية بافريقيا الافرنسية لما للسيد حج والسيدة قرينته من مكانة مرموقة هناك. وقد اقام الوالد لهذه المناسبة السعيدة حفلة ساهرة كبرى ضمت وجهاء البلد من المواطنين اللبنانيين، القى فيها السيد جورج هزيم كلمة طيبة مرحباً بالمولودة ختمها بقصيدة من نظمه.

فصوت المرأة تضم صوتها الى عديد المهنئين، داعية للصغيرة «لميا» بالعمر الطويل في ظل والديها الكريمين.

تذكّر !!

صبرية الحسو

تذكّرْ ذلك اليوم الذي مرّ بما فيه
فما أجمل بالانسان ان يذكر ماضيه
تذكر إن مررتَ اليوم بالبستان فالذكرى
تعيد القلب نشواناً وتنسى الحلم المرا

★

تذكر يوم ان سرنا ولا ندري الى أينا
أبستاناً دخلنا – أم ترى الاحلام تغرينا
فما أبدع ذاك اليوم لو يرجع ماضينا
لعدنا ننهب الساعات نهباً وهو لا يدري
ولو يعلم أشواقي لعاد الأمس كالفجر

★

تذكر في غروب الشمس والشمس تناديني
بأن أذهب لكن الهوى والليل يغريني
لئن أبقى فما أجمل هذا الليل لو داما
وما احلاه فالآهات والآلام أنغاما
واشواق فؤادينا تزيد النار إضراما

★

تذكر ساعة التوديع ليت الدهر أفناني
ووجهٌ حالم يطغى عليه الهم أضناني
وذاك الدمع كيف إنساب من عينين تهواني
وكيف تركته يشقى وأذعنتُ لأحزاني
أتنساني وأنتَ الوحي والالهام يا مصدر ألحاني ؟

★ ننشر صورة الصغيرة الحلوة **أمل جوردي نويهض** من الجالية في فنزولا لمناسبة بلوغها الخامسة. وفي دعوة كبرى احياها الوالد الكريم ، جرت على لسان شاعرنا الاستاذ فؤاد الخشن الابيات التالية ، مهداة الى الصغيرة أمل :

وحُلمي مرفرفٌ في عالم مسحور
يشعّ كاسمي « أملا » مفوّفاً بالنور
والورد يروي طهره من قلبيَ الطَهور
ويستقي عبيره الفوّاح من عبيري

★

يقال عنيّ زهرةٌ من عالم الزهور

شكر

ان السيدة ادفيك جريديني شيبوب ترفع عميق شكرها وامتنانها الى جميع الاصدقاء والصديقات الذين تلطفوا باحاطتها في ظروفها المؤلمة ، وبمواساتها في فقد والدتها الكريمة ، سواء بحضورهم شخصياً او ببرقياتهم ومكاتيبهم ، داعية لهم بالسعادة وراحة البال .